

Vel-Nytt

Våren 2023

HØYBRÅTEN VELFORENING
STIFTET 1926

Nr. 1 - 2023

Årg. 35



Høybråten Sanitetsforenings «Huset Vårt» i Bergtunveien.

(Foto: Vel-Nytt.)

Bli medlem av Høybråten Velforening!

Send en mail til Velforeningen: velhuset@hoybratenvelforening.no
- skriv inn navn, adresse, telefonnummer og gjerne e-postadresse.

Vel-Nytt utgis hvert halvår. Det deles ut til alle husstander,
i butikker, på skoler og til andre institusjoner på Høybråten.



Velkommen til Joker Høybråten!

På hjørnet av Folkvangveien/Høybråtenveien



I vår nyinnredede butikk finner du alt det du trenger til din daglige handel.

Vi har bl.a. Ukens Joker og Ukens Joker-garanti med laveste pris på varer du bruker mye av. Hver uke har vi også ukens tier.

Åpent alle dager hele året!



ÅPENT:
Hverdager 08.00–21.00
Lørdag 09.00–21.00
Søndag 09.00–21.00

Høybråtenveien 51. Telefon: 22101122



NORSK TIPPING



HOS OSS ER DET
POST I BUTIKK

Innhold

Leder: Nye koster, kjente utfordringer	3
Planer og utbygginger	4
Utbygginger rundt Høybråten	5
Nytt fra Bydel Stovner	7
Lørenskog kommune – kommuneplan	8
Skolehagen 2022	9
Høybråtens sangfugl – Cornelia	11
TV aksjonen NRK 2022	12
Festskriftet om Høybråten skole	12
Julegrantenning	13
Julemessene	14
Juletreffestene	16
Høybråten Sanitetsforening	18
Historielagets årbok 2022	19
Nybyggene på Høybråten	20
Høybråten Sangforening 100 år	22
Høybråten Damekor	23
Jazz på Vardeheim	24
Høybråten Dameturnforening	26
Høybråten-speiderne	28
Lokale til leie i Velhuset	28
Besøk hos Kristiansen & Stokket AS	29
Lions Høybråtenprisen	30
50-årsjubileum og skolebok	30
Høybråtens store skidag	31
Høybråten Jeger- og Fiskerforening	32
Høybråten skoles musikkorps	33
Årsmøte i Høybråten Velforening	34
Bilspalten	35
Thore Palving 90 år	35
Folkvang feiret 100-årsjubileum	36
Søndre Høybråten gård (Vethegården)	39
Hagespalten	40
Lege Kjetil Skaaraas pensjonist	42
Høybråten Maleklubb og Ateliéfellesskap	44
Høybråten skole	46
HSIL – Nå kan byggearbeidene starte	46
Stasjonsfjellet skole	47
Russebus i Parken	48
Seniorgutta HSIL Liastua	49
Klassefest etter 50 år	50
Pulsvanter til frosne byråkrater	51
Andelslandbruk Enga	52
Nei til skytebane på Lahaug	53

I redaksjonskomitéen:



Dag O. Jensen
Redaktør

Dag Oskar Jensen
(redaktør) (annonser),
tlf. 982 03 332.

Arild Rognlien
(annonser),
tlf. 959 33 577.

Ragnar Torgersen,
tlf. 900 55 880.

Lise Alstedt (korrektur),
tlf. 481 35 511.

Frøydis Cederkvist Stenerud,
tlf. 413 98 061.

Kjersti Varang, tlf. 473 53 666.

Usignerte bilder/artikler
er tatt/skrevet av redaktøren.

Ansvarlig utgiver: Høybråten Velforening

Layout og redigering: Dag Oskar Jensen.

Red. avsluttet 30. april 2023.

Neste utgave: oktober 2023.

Matr.frist. neste utg. 15. september 2023.

Trykk: TS Trykk AS

Opplag: 3800

Nye koster, kjente utfordringer!



Lars Ottersen,
leder i Høybråten Velforening.

Våren har kommet til Høybråten, vi kjenner solen varme og det er som om Høybråten våkner til liv etter vinterdvalen. Med våren kommer endring, det er årsmøter i foreninger, sameier og borettslag. Slik er det også i Velforeningen der Villy Kolstad har overlatt stafettpinnen til meg, og har tatt på seg oppgaven som nestleder i styret. Selv om Villy fortsatt er med i styret, føler jeg at det er på sin plass å takke Villy for vel utført jobb som mange-årig leder av Velforeningen.

Når solen varmer og temperaturen stiger, blir det mer liv i gatene, det er mye

lettere å stoppe for en prat med gamle kjente. Forhåpentligvis sier vi hei til nye naboer og gjør det vi kan for å inkludere dem i fellesskapet. På Høybråten er det mange fellesskap. Vi har korps, idrettslag, kor, turnforening, Lions, Sanitetskvinnene, speiderne (for å nevne noen) og Velforeningen. Felles for alle disse er at de er basert på høybråtenbeboere som bruker av sin fritid for å bidra til fellesskapet. Det gjøres en uvurderlig innsats på Høybråten for å skape arenaer for barn og unge, men også for voksne. Bladet du nå leser er laget på dugnad. Takket være redaksjonsmedlemmenes innsats og våre sponsorer kan vi utgi Vel-Nytt to ganger i året. Som aktivt eller passivt medlem av Høybråtens foreninger bidrar du til et godt nærmiljø. Samtidig som mange frivillige gjør en stor og betydelig innsats, er det stadig flere oppslag i media om at frivillige organisasjoner sliter. Vi kan lese at det er vanskelig å finne ledere til aktiviteter for unge, og at stadig flere faller utenfor som følge av at kostnadene ved deltakelse er blitt for høye. Dette må vi som lokalmiljø ta på alvor. Dersom vi tillater at foreningene legges ned, vil det ramme oss og våre ungdommer i form av et dårligere nærmiljø. Derfor har jeg en oppfordring til alle beboere på Høybråten. Spør deg selv: Hva kan jeg bidra med? Hva gir det meg glede å være med på? Og husk her er det uendelig mange muligheter! Alle har noe å bidra med, og du vet selv hva du har å bidra med. Som del av et fellesskap, vil du oppleve at du blir kjent med andre, du vil utvide nettverket ditt og kanskje få nye venner.

Vi i Velforeningen ønsker oss også nye medlemmer. Vi vil derfor gjøre små endringer i kommunikasjonen med dere som bor på Høybråten og prøve å bli flinkere til å fortelle om alt det gode arbeidet som gjøres av de ulike medlemmene av Velforeningen.

Så håper jeg at alle dere som er medlemmer av Velforeningen gjør det dere kan for å verve nye medlemmer og at dere som ikke er medlemmer, melder dere inn.

(Send din innmelding til velhuset@hoybratenvelforening.no)

Da bidrar du til at vi kan arrangere julegrantenning, parkkveld og at vi kan fortsette å tilby stasjonen som møtearena og festlokale og mye mer.

Jeg gleder meg til å fortsette arbeidet med å utvikle Velforeningen til beste for oss som bor på Høybråten. Har dere forslag eller innspill, ikke nøl med å sende det til oss i foreningen.

Ønsker dere alle en fin 17. mai-feiring og en god sommer.

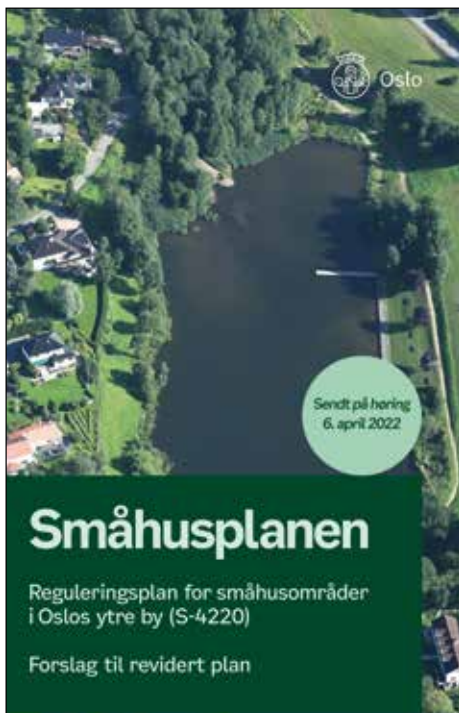
Lars Ottersen

Leder i Høybråten Velforening.

Planer og utbygginger på Høybråten



Ved Ragnar Torgersen
Redaksjonskomiteén



Behov for revidert småhusplan

Som kjent ble det 6. april 2022 sendt ut et forslag til revidert småhusplan fra Plan- og bygningsetaten (PBE). Her var det vesentlige innstramminger i forhold til gjeldende småhusplan. Utsendelsen gikk til eierne av ca. 28.000 eiendommer i hele Oslo. Småhusplanen er forkortelse for «Reguleringsplan for småhusområder i Oslo ytre by». Den gir detaljerte føringer for utviklingen av Oslos småhusbebyggelse inkludert for Høybråten. Foranledningen til utsendelsen var at byrådet i 2021 hadde kommet med en bestilling til PBE om å revidere småhusplanen. Arbeidet med revisjon av

småhusplanen ble iverksatt på bakgrunn av et politisk ønske om å ta bedre vare på kvalitetene i småhusområdene enn det lar seg gjøre med gjeldende småhusplan. Det var en oppfatning blant politikere og blant beboere at fortettingen i småhusområdene var gått for langt.

Midlertidig forbud mot tiltak («byggestopp»)

Samme dato kom PBE også med et Midlertidig forbud mot tiltak; i praksis en byggestopp for søknader etter 6. april 2022 (formelt vedtatt 1. juni). Hensikten var å stoppe en videre utvikling av eiendommene, mens PBE jobbet med å revidere småhusplanen. Byggestoppen ble en sikkerhetsventil for å hindre endringer som ikke er ønskelige.

Forslag til justert småhusplan

Vi hadde en gjennomgang av status sist høst i Vel-Nytt nr. 2-2022. Det hadde vært en offentlig høringsrunde i løpet av sensommeren, og PBE jobbet høsten 2022 med justeringer i sitt forslag til revidert småhusplan. Dette reviderte planforslaget ble så oversendt til politisk behandling 4. januar 2023. Her var det så gjort en rekke endringer basert på nevnte høringsrunde og andre innspill.

Midlertidig forbud mot tiltak - opphevet

Midlertidig forbud mot tiltak (byggestopp) ble overraskende opphevet 15. februar 2023. Byutviklingsutvalget i Rådhuset fikk flertall for et «amnesti»; en 8-ukers periode fram til 12. april hvor det igjen var mulig å sende inn søknader for behandling etter eksisterende småhusplan. Bakgrunnen var bla de mange klagen og reaksjonene på byggestoppen. Huseiere som skulle bygge i egen hage og som hadde jobbet lenge med prosjektet sitt, ble over natta plutselig stoppet. Ifølge Aftenposten 26. april har «amnestiet» imidlertid fått uheldige konsekvenser. Det kom inn hele 345 søknader om nye boliger; dette tilsvarer antall søknader som totalt kom i hele 2021. Også profesjonelle utbyggere har benyttet anledningen til å sende inn nye

søknader. Her kan man altså få mer av det en ny revidert småhusplan skulle hindre; større nye utbygginger etter gjeldende småhusplan.

Midlertidig forbud mot tiltak – Nytt

PBE fremmet et nytt Midlertidig forbud mot tiltak med virkning fra 12. april. Denne byggestoppen skal gjelde fram til en ny småhusplan er endelig vedtatt. Det er en rekke unntak her for å tilpasse dette midlertidige forbudet (byggestoppen) i større grad til et framtidig nytt revidert planforslag. Unntakene fra forbudet framkommer i rundskrivet datert 11. april som alle huseiere har mottatt.

Hva skjer framover?

Ifølge Aftenpostens nettsider ble byrådets planforslag lagt fram tirsdag 25. april. Forslaget innebærer nye og strengere regler for utbygging i småhusområdene. Hovedgrepene er å tillate noe mindre utbygging og ha regler som i større grad sikrer terreng og vegetasjon ifølge byråden for byutvikling. De viktigste punktene er:

- minst 600 kvm tomt pr. boenhet ved to- og tremannsboliger
- firemannsboliger og mer enn tre hus i rekke er i utgangspunktet ikke lov. Krevs egen reguleringsplan for å bli tillatt
- bare 16 % av tomta kan være bebygd. I dag 24%.
- minst 60 % av tomta skal være fri for terrenginngrep
- forbud mot å fjerne store trær
- forbud mot takterrasser
- i utgangspunktet forbud mot å rive boliger fra før 1945.

Byrådets mål er å få vedtatt de nye reglene i bystyret før sommeren og i god tid før valget. Byrådet håper på bredest mulig flertall i bystyret, slik at det blir forutsigbare regler over tid. Det ser ut til å være en generell politisk enighet om at det er nødvendig med sterkere begrensninger i småhusplanen. Samtidig er det ifølge Aftenposten 26. april klart ulike oppfatninger både mellom og internt i partiene i bystyret om hvordan det skal skje. Dette åpner altså opp for endringer i det framlagte planforslag fra byrådet. Ifølge byrådslederen 26. april «kan det komme nye høringer, nye runder med offentlig ettersyn og helt nye alternativer. I realiteten er planen i fritt spill». *Til orientering: Vel-Nytts frist for trykking er 27. april. Politiske utspill etter denne datoen er altså ikke omtalt.*

Byggesøknader for Høybråten i 2023

Redaksjonskomiteen for Vel-Nytt har ikke fått kartlagt nye byggesøknader for Høybråten. Vi har hatt behov for å finne en erstatting til denne jobben, men har ikke lyktes med å finne noen innen fristen for innlevering av stoff 15. april. For det andre regner vi med at de fleste søknadene av et visst omfang vil komme inn til PBE mot slutten av «amnestiperioden», dvs. innen 12. april. Vi ville da uansett ikke rukket å foreta en gjennomgang innen 15. april. Gjennomgangen i Saksinnsyn i PBE etter nye større byggesøknader må av disse grunner utsettes til høsten 2023.



Folkvangveien 13ABC.
(Foto: Vel-Nytt.)

Utbygginger rundt Høybråten

Ved Ragnar Torgersen
Redaksjonskomiteén

Karihaugveien 89 – Byggesøknad om kontor- og lagerbygg

Planer for utbygging i Karihaugveien 89 har vært omtalt i Vel-Nytt nr. 2-2021, nr. 1-2022 og sist i nr. 2-2022. I sistnevnte utgave ble status for byggesøknad fra juni 2022 gjennomgått. Utbygger Karihaugveien 89 Utbygging AS søkte da om å bygge et lagerbygg øst for dagens kontorbygg. Denne tomte er i dag benyttet til parkeringsplass for bl.a. trailere. Denne søknaden om lagerbygg ble avslått september 2022 av Plan- og bygningsetaten (PBE). Begrunnelsen var at søknaden brøt med flere forhold ved den gjeldende reguleringsplanen fra 2003, samt at søknader om dispensasjoner fra denne planen heller ikke kunne godtas. Derved var utbygger tilbake ved start; dvs. å måtte innrette seg etter den opprinnelige reguleringsplanen fra 2003, eller søke om en omregulering, noe som ofte tar lang tid.

Nå foreligger det en ny byggesøknad. Utbygger har samtidig byttet arkitektfirma. Søknaden ble mottatt i PBE i slutten av november. Allerede i februar 2023 ble det gitt rammetillatelse av PBE til en kombinert kontor- og lagerbygning. Denne gangen har tydeligvis utbygger holdt seg innenfor gjeldende reguleringsplan. Byggesøknaden gjelder altså et bygg for lager og kontor. Fotavtrykket på tomte utgjør ca. 5.366 kvm. Det kommer parkeringskjeller, sokkeletasje, en høy 1. etasje, messaninnetasjer mellom lager/kontorarealer, og takterrasse. Ifølge PBE utgjør dette tre «dobbeletasjer». I søknaden oppgis at bygningshøyden får tilsvarende høyde som eksisterende kontorbygg, som er den maksimale høyden i reguleringsplanen. Det nye bygget får en nedtrappet volumoppbyg-

ning mot Karihaugveien, noe som mykner det opplevde volum sett fra boligområdene. Bygget skal kles i murmaterialer med avdempede farger. Biltrafikken til lagerdelen sies å bli begrenset. Støyen fra lasting og lossing vil bli tilsvarende liten. Bygget vil sammen med eksisterende kontorbygg danne en fysisk barriere mot støy fra E6/rv. 159 mot Høybråten. Karihaugveien 89 består av tre tomter. Det er fastsatt et totalt bruksareal og utnyttingsgrad for de tre tomtene samlet i reguleringsplanen fra 2003. På den midtre tomte er det eksisterende kontorer fra 1988. Bygget her har fasade med hvite metallplater. Søknaden for det nye bygget gjelder bruk av mur/teglstein. Ifølge PBE vil dette «ha en mer dempet og helhetlig materialitet som har et tidsriktig og høyverdig estetisk uttrykk». Problemet blir egentlig de hvite platene på eksisterende bygg. PBE viser til at det er flere hvite bygninger i nærområdet, og at det hvite bygget ikke framstår som et fremmedelement. PBE godtar bruk av mur/tegl på nybygget, selv om det altså blir ulike farger på de to byggene.

Det stilles krav om en planfri gang- og sykkelveiadkomst fra eksisterende bro ved bussholdeplassen og inn til planområdet. Denne skal være opparbeidet før brukstilatelse gis. Avkjørselen til Karihaugveien skal opparbeides med sikte på å forbedre frisikten for derved å øke trafikksikkerheten. Denne byggesaken ble sendt på høring til direkte berørte naboer og til kommunale instanser. Øvre Høybråten borettslag avga uttalelse. Siden rammetillatelse er gitt, må man regne med at utbygger starter arbeidet denne våren.

Karihaugveien 22 ved Furuset

Denne utbyggingen er over tid omtalt i flere Vel-Nytt. Den ligger i Bydel Stovner på grensa mot Furusetområdet. Reguleringsplanen for denne store utbyggingen på inntil 650 boliger ble vedtatt av bystyret i mars 2022. Etter at reguleringsplanen var vedtatt, ble det tydeligvis nødvendig for utbygger JM Norge å gjøre mindre justeringer. Disse justeringene i reguleringsplanen

er sendt på begrenset høring. Byggestarten må forskyves tilsvarende. Utbyggingen vil starte senere i 2023.

Høybråtenveien 79

Forslaget til detaljreguleringsplan for KI-WI-bygget m.m. i Høybråtenveien 79 ble grundig omtalt i Vel-Nytt høsten 2022. Det er skjedd lite siden den gang. Omtalen i denne utgaven av Vel-Nytt blir følgelig kortfattet.

Hovedpoengene fra omtalen i høst: Formålet med planarbeidet er å legge til rette for en større dagligvarebutikk, gi et tilbud om varierte boligtyper, samt gi en mer trafikk-sikker adkomst og løsning for varelevering. Boligbebyggelsen er tenkt som leilighetsbygg i tre-fire etasjer over næringslokaler mot nord, og som småhusbebyggelse mot sør. Dette skal gi ca. 1100 kvm næringslokaler (butikk i hovedsak) og 20–25 boliger. Tomtene i Kleiva 2a og 2b ble foreslått å inngå i planforslaget.

Tidsplan: Det ble avholdt oppstartsmøte i april 2022. Rett etterpå, 27. april, ble det foretatt kunngjøring om igangsetting av planarbeidet. Det kom inn 17 forhåndsuttalelser. Det kom innvendinger til planforslaget fra kommunale etater. Firmaet Rak arkitektur utarbeidet i august 2022 skisser for tre prinsipp-løsninger for plassering av bygg på tomte, og de laget skisser av byggene utvendig. Det ble avholdt et første avklaringsmøte 29. august 2022. Til stede her var arkitektfirmaet som representerte utbygger og representanter for Plan- og bygningsetaten (PBE). Referatet fra dette møtet ble først godkjent i februar 2023.

En oppsummering av forhåndsuttalelsene forelå samtidig som nevnte referat. Kommentar: Planprosessen har til nå tatt lang tid. Den vil fortsette å ta tid.

Det ble i augustmøtet 2022 også fastsatt en tidsplan for arbeidet videre. Vi gjengir utdrag: Det skal være et nytt avklaringsmøte våren 2023. Her skal det behandles forslag til bebyggelsesstruktur med skisser og illustrasjoner. Våren 2023 skal det også avholdes et eget avklaringsmøte om trafikk med kommunale instanser til stede. Høsten 2023 vil det bli avholdt et kart- og bestemmelsesmøte. Her skal det foreligge utkast til endelige reguleringsbestemmelser og utkast til plankart. PBE vil til dette møtet ha forberedt en helhetssvurdering av plansaken. Hvis ting så er avklart, vil saken bli lagt ut til offentlig ettersyn. Plansaken blir justert ut fra innspillene under det offentlige ettersynet. Deretter går saken til politisk behandling i byrådet og i bystyret og med endelig vedtak en gang ut i 2024. Det er fortsatt uavklart om forslagsstiller til slutt kan sette i gang utbyggingen.

Tangerud sør

Tangerud sør ligger nær ved Tangerudkrysset, dvs. der hvor E6 møter Østre Aker vei. Eiendommen er i hovedsak uregulert. Eier er Tangerud Eiendom AS, og firma er Odin Prosjektering. Tomtestørrelsen er på 47000 kvm. Planinitiativet ble fremmet høsten 2022.

Størstedelen av tomte ligger i rød støysone og rød og gul sone for luftforurensning på grunn av nærheten til de to hovedveiene. Generelt anbefales ikke boliger i rød sone. På Tangerud sør ble det fremmet forslag om 300 boliger i syv blokker, maks. åtte



Karihaugveien 89 – nytt bygg for lager og kontor.

etasjer, 30 rekkehus og barnehage. Det åpnes også for butikk, felles samfunnshus og bygg med fellesfunksjoner. Adkomst er tenkt via eksisterende regulert avkjørsel fra Stovnerveien.

Hovedutfordringen ved tomte er altså støy og luftforurensningen, men også manglene på atkomst og konflikt med naturverdier, bekk og planlagt hovedturvei. Utbygger mener at man ved støyskjermingstiltak, plasseringen av boligene og andre avbøtende tiltak kan oppnå soner med støyforhold tilsvarende gul sone eller bedre.

Plan- og bygningsetaten (PBE) har 19.12.2022 stoppet planinitiativet om Tangerud sør for videre behandling. Begrunnelsen for å stoppe er å redusere unødvendig tid- og ressursbruk i kommunen og hos andre parter. Man skulle ikke bruke tid på plansaker som ikke er gjennomførbare. Beslutningen er hjemlet i plan- og bygningssloven. Forslagsstiller kan ikke klage overfor PBE, men de kan kreve at avgjørelsen om å stoppe planinitiativet blir sendt til Bystyret. Forslag om utbygging på Tangerud sør har vært fremmet to ganger tidligere: i 2005 og i 2016. Begge ganger har søknadene blitt droppet/forkastet. Bydelsutvalget i Bydel Stovner var i sin uttalelse sist høst positive til planinitiativet om Tangerud sør, mens øvrige kommunale instanser var negative. Kommentar: Det kan virke som om Bydel Stovner har «sett seg blind på» mulighetene for å få barnehage, boliger som rekkehus osv., og ikke har tatt nok hensyn til at det ikke skal bygges boliger og barnehage i rød sone. Odin Prosjektering har i februar krevd at planinitiativet blir sendt til bystyret. De har laget en omfattende begrunnelse. Saken ble så oversendt til byrådet 13. april for videre forsendelse til bystyret.

Ny skytebane ved Lahaug gård i Gjelleråsmarka.

Arbeidet med reguleringsplan for ny skytebane ble igangsatt i 2017. Denne skal ligge i Gjelleråsmarka nær den tidligere militærleiren Lahaugmoen. Området ligger i nye Lillestrøm kommune. Bakgrunnen for initiativet var at en ny skytebane skulle erstatte skytebanen på Skjetten, fordi denne etter hvert ble liggende i et utbyg-

gingsområde for boliger. Skytebanen nær Lahaugmoen er planlagt delvis innenfor markagrensa. Konsekvensene for friluftsliv og naturopplevelser vil bli klart negative på grunn av støyen. Oslo kommune uttalte seg i 2017 og var klart negative.

Det opprinnelig Skedsmo skytterlag har et begrenset antall medlemmer og har et relativt beskjedent omfang på skytingen i dag. Da Skedsmo kommune ble utvidet med Sørums og Fet ble det klart at her lå det to brukbare skytebaner. Dette har slett ikke stoppet planene for ny skytebane.

Over tid har planene for den nye skytebanen ekspandert voldsomt. Nye grupper som politi og forsvar skal nå kunne bruke banen, åpningstiden foreslås økt og bruken av banen blir generelt utvidet, beregnet årlig skuddmengde har økt vesentlig osv. Størrelsen på banen er nå følgende: Støyvollene blir 25 meter høye; banen blir ca. 350 m lang og ca. 250 m bred. Økt beregnet bruk fører med seg større krav til støyvoller. Anlegget skal finansieres ved hjelp av massedeposering til støyvollene. Underveis i prosessen har et gjenvinningsfirma skjont at her er det store muligheter for deponering av inerte (blandede) over-skuddsmasser fra bygg- og anleggsdrift. Firmaet har gått inn på eiersiden i prosjektgruppen, som er et AS.

En skytebane i Gjelleråsmarka vil ha konsekvenser for friluftsliv og naturopplevelser, for naturmangfoldet, for klimagassutslipp, for kulturverdier som bla Pilgrimsleden. Markagrensa brytes, og den må justeres. Statsforvalteren er kritisk til dette. Statsforvalteren har stilt krav om bruk av rene, naturlige masser, siden svært store mengder inerte masser kan skape problemer i området, bla støy fra et knuseverk. Spørsmålet om massedeposeringen har over tid kommet mer i fokus.

Det er Lillestrøm kommune som er reguleringsmyndighet. Kommunen behandler i disse dager detaljreguleringsplanen for skytebanen. Saken er stor og vanskelig og innebærer en rekke vanskelig avveininger. Det har vært en lang utredningsfase.

Interessegruppe - Bevar Gjelleråsmarka

Det er dannet en egen interessegruppe «Bevar Gjelleråsmarka» bestående av

Naturvernforbundet i Groruddalen, Naturvernforbundet i Nittedal, Gjelleråsmarkas venner og Holum skog velforening. Opplysningene i denne artikkelen stammer til dels fra deres arbeid.

Se side 53 om Opprop fra interessegruppa.

Nye Haukåsen skole

Bystyret vedtok 1. mars i år forslag til detaljregulering for Nye Haukåsen skole i Garver Ytterborgs vei 145. Dette dreier seg om en ny byomfattende skole og barnehage for multifunksjonshemmede barn som blir plassert på tomten der Stig skole ligger i dag, dvs. mellom Stigenga og Haugenstua. Grunneiere er Oslo kommune, Stigenga borettslag og Haugenstua borettslag. Stig skole ble nedlagt i 2016. Den skal rives. Den nye skolen skal erstatte Haukåsen skole på Trosterud. Oslobygg KF er forslagsstiller.



Oslo

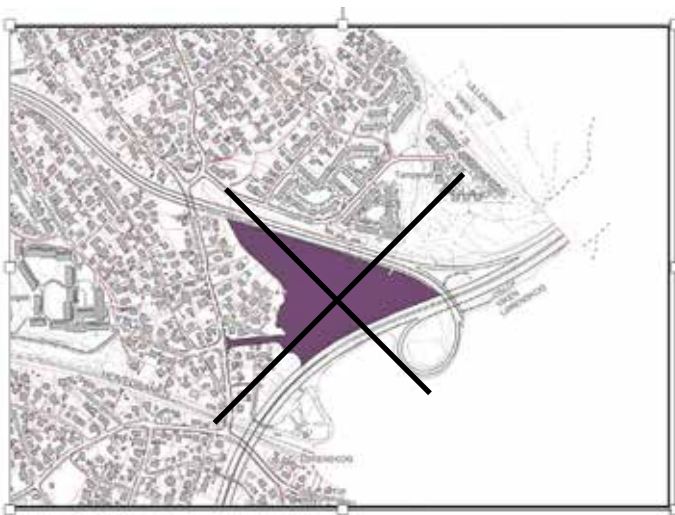
Nytt fra Bydel Stovner



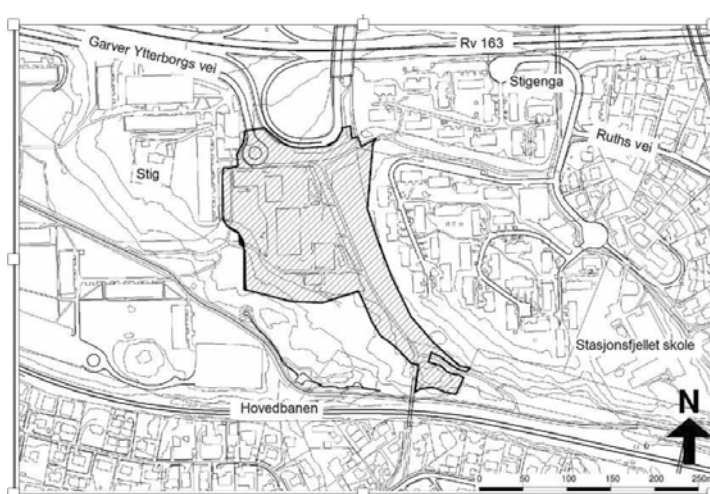
Ved Sarah Pierstorff
Kommunikasjons-
rådgiver i Bydel Stovner

Bydel Stovner skal bli mer demensvennlig

- Bydel Stovner skal bli mer inkluderende overfor mennesker med demens. 27. februar inngikk bydelen avtale med Nasjonalforeningen for folkehelsen om å bli et «Demensvennlig samfunn».
- «Demensvennlig samfunn» handler om å



Tangerud sør: Beliggende mellom Østre Aker vei i nord og E6 i sør. Innkjøring til området fra Stovnerveien. Plan og bygg har stoppet planinitiativet om Tangerud Sør for videre behandling.



Detaljregulering. Nye Haukåsen skole.

bedre inkludere mennesker med demens og deres pårørende. Ansatte som yter service eller tjenester til innbyggere vil i løpet av 2023 få tilbud om kursing i demensvennlig dialog.

Avtalen med Nasjonalforeningen for folkehelsen innebærer at ansatte i både offentlige og private virksomheter i bydelen skal få tilbud om kurs, hvor de lærer om hvordan man legger til rette for mennesker med demens. Det kan være ansatte i for eksempel butikker, apotek, bibliotek, droser og serveringssteder. Kursmaterialet er utarbeidet av Nasjonalforeningen for folkehelsen. Hensikten er at mennesker med demens i bydelen kan være mer selvhjulpne i hverdagen, og kan leve aktive liv lengst mulig.

Ønsker flere boliger for seniorer

Vi får stadig flere eldre i befolkningen i årene framover, derfor er flere boliger tilrettelagt for seniorer en viktig sak for Bydel Stovner. Stovner bydelsutvalg behandlet i sitt møte 13. april en egen sak om seniorboliger i Bydel Stovner. I saksframlegget gjennomgås ulike alternativer som kan bidra til flere aldersvennlige boliger i bydelen:

- **Kommunale boligtilbud tilpasset seniorbehov i Bydel Stovner.** Omsorg+boliger er et konsept som er etablert i mange bydeler. Omsorg + Stovner er planlagt i Aasta Hansteens vei, men ikke finansiert og vedtatt.
- **Offentlige støtteordninger for hjelpemidler og tilpasning av bolig.** Husbanken kan gi lån og tilskudd til utbedring og tilpassing av bolig for å øke tilgjengelighet. NAV kan gi utlån av hjelpemidler og støtte til enkel tilpasning i egen bolig.
- **Samarbeid med private utbyggere.** Seniorboliger kan kobles til planlagte utbyggingsprosjekter i bydelen, i Karihaugveien 22 og Trondheimsveien 529 (Sivilforsvarstomta).

I Stovner bydelsutvalgs vedtak i BU-møtet, bes det blant annet om at Bydel Stovner følger opp mulighetene for flere boliger som er tilrettelagt for seniorbehov. Bydelsutvalget ber om at det tas flere initiativ fra bydelsadministrasjonen angående Omsorg+, som oppfølging av planene i Aasta Hansteens vei, og ser på mulighetene for en finansieringsmodell. Bydelsadministrasjonen bes også om å arbeide videre med

etablering av seniorboliger i regi av private og/eller ideelle organisasjoner. BU ber om at seniorboliger må lokaliseres i nærheten av butikker og servicetilbud.

Ønsker kjøp av boligtomter for barnehageutbygging på Høybråten

Stovner bydelsutvalg har gjennom mange år gått inn for å styrke barnehage tilbudet i delbydelene Høybråten og Gamle Stovner. Det er Byrådsavdeling for oppvekst og kunnskap som er ansvarlig myndighet for barnehageutbygging i Oslo kommune. Bydelsutvalget går inn for at Oslo kommune skal kjøpe opp boligtomter på Høybråten og Gamle Stovner, slik at de kan omreguleres til barnehageutbygging.

I Stovner bydelsutvalgs møte 8. desember 2022 ble det gjort vedtak om dette:

«Bydelsutvalget mener det er viktig å gjøre noe med den store mangelen på barnehageplasser i delbydelene Høybråten og Gamle Stovner. Barn blir kjørt til andre delbydeler, andre bydeler i Oslo og nærliggende kommuner. Disse barna blir ikke kjent med sitt nærmiljø og med andre barn i samme alder før de begynner på skolen. Dette er en stor ulempe for barna og for lokalmiljøet i bydelen. Bydelsutvalget har flere ganger forsøkt å finne egnede tomter med offentlige formål, men det har vist seg svært vanskelig. Bydelsutvalget mener det er behov for å bruke tilgjengelige store boligtomter til barnehage. Bydelsutvalget ber bydelsdirektøren om å arbeide for at Oslo kommune kjøper tilgjengelige boligtomter på Høybråten og Gamle Stovner og omregulerer disse til barnehage.» Saken ble videre fulgt opp i Stovner bydelsutvalgs møte 14. februar 2023, med følgende vedtak: «Bydelsutvalget ber bydelsdirektøren legge til rette for et politisk møte med aktuell byråd for å diskutere hvordan kommunen kan lage en strategi for tomtekjøp for å sikre delbydelene Høybråten og Stovner økt barnehagekapasitet.»

Besøk oss på bydelstorget

Trenger du å snakke med en medarbeider i Bydel Stovner? Besøk oss på bydelstorget på Stovner Senter, plan 3 (ved Kid interiør, i det tidligere vaksinesenteret). Her kan du stille spørsmål om bydelens tilbud og tjenester, som bolig, barnehage og helsehjelp. Du kan låne PC og få hjelp med søknader, digitale skjemaer og lignende. Hver man-

dag kl.12.00–15.00 tilbys hjelp og veiledning knyttet til TT-transport.

Vi har også utdeling av gratis selvtester for korona. Velkommen!

- Åpningstider: mandag til fredag, kl.10.00–18.00.

Vinnere av årets ildsjelpriser i Bydel Stovner 2022

Årets ildsjel 2022: Ronny Steen-Olsen, leder for Seniorgutta i Høybråten og Stovner IL.

Ronny Steen-Olsen mottok prisen som Årets ildsjel 2022 på bakgrunn av hans iherdige arbeid med Liastua og som leder for Seniorgutta i Høybråten og Stovner IL. Han gjør en formidabel innsats med å videreutvikle området rundt Liastua og legger med dette til rette for at marka og nærområdene er gode områder å være aktiv i. Ronny og Seniorgutta jobber året rundt for at Liastua skal være et attraktivt turmål for hele bydelen.

Årets unge ildsjel 2022: Stovner Leaderz

Stovner Leaderz mottok prisen som Årets unge ildsjel 2022 på bakgrunn av innsatsen og arbeidet de har gjort for å utvikle lederegenskaper hos ungdom på Stovner. Stovner Leaderz er et lederprogram for ungdom hos Kirkens Bymisjon Stovner. Vinnerne ble belønnet med et diplom og 5000 kroner hver. Kåringen skjer etter forslag fra innbyggerne, jury er Stovner mangfold-, oppvekst- og kulturkomité.

Sommerjobben – en satsing på ungdom i bydelen

Sommerjobb for ungdom er et populært tiltak i bydelen. Her får ungdom fra 15 til 23 år som bor i bydelen nyttig arbeids erfaring, egen inntekt og noe å sette på CV-en. Det er Bydel Stovner som ansetter og betaler lønn for ungdommene, mens arbeidsgiverne står for opplæring. Ungdommene får arbeid i Bydel Stovners tjenester, som barnehage og grønt vedlikehold, men også i private bedrifter, frivillige organisasjoner og virksomheter i hele Oslo-området. Da søknadsfristen utløp 27. februar var det kommet inn 709 søknader til sommerjobben 2023. Bydelen vil tilby cirka 300 sommerjobber for unge i år. Ungdommene får jobb i tre uker, i to puljer, uke 26–28 og uke 31–33.

hf



Årets ildsjel 2022: Ronny Steen-Olsen, leder for Seniorgutta i Høybråten og Stovner IL.



Sommerjobb for ungdom er et populært tiltak i Bydel Stovner.

Lørenskog kommune – kommuneplanens arealdel 2023–2035

Ved Ragnar Torgersen
Redaksjonskomitéen

(Fra planbeskrivelsen til arealdelen)

Lørenskog kommune vedtok 15. mars i år kommuneplanens arealdel for den kommende 12-årsperioden. Kommuneplanens arealdel består av et rettslig bindende kommuneplankart med tilhørende bestemmelser. I tillegg kommer et temakart, utfyllende retningslinjer og planbeskrivelse. Lørenskog kommune har hatt en sterk befolkningsvekst i senere år. Fra 1. januar 2015 har denne ligget mellom 4,6 og 9% og resultert i 9500 nye innbyggere. I samme periode er det etablert ca. 5.000 nye boliger, hvorav 85% i boligblokker i Lørenskog sentrum, ved Lørenskog stasjonsområde, dvs. området ved SNØ, m.m. Kommunen legger til rette for fortsatt vekst, men det er forventet at veksten vil avta i planperioden; fra 2026 til mellom én og to prosent i året.

Arealdelen følger opp arealstrategien fra kommuneplanens samfunnsdel fra 2020. Nåværende strategi videreføres og sikrer at de lange linjene for arealutvikling og utbyggingspolitikk i Lørenskog ligger fast. Dette innebærer en videreføring av satsingen på fem utviklingsområder, Lørenskog sentrum, dvs. området ved Metro, Skårersletta og Triaden, Lørenskog stasjonsområde, Visperud, Fjellhamar, og Ahus/Nordbyhagen. Generelt er det i arealdelen gjort små arealendringer, byggesonen er uendret, og marka og grøntområder blir bevart.

En stor del av boligområdene i Lørenskog består av ulike typer frittliggende småhusbebyggelse. Det er store områder med

villabebyggelse og mange områder med rekkehus o.l. Småhusbebyggelsen skal i det vesentlige bestå som småhusområder framover. Det tillates fortetting innenfor rammene av kommuneplanens og den enkelte reguleringsplans bestemmelser. Kommentar: Mulighetene for fortetting i småhusområdene er strammet inn.

Utviklingsområdene:

Innenfor byggesonen er det som nevnt definert fem utviklingsområder rundt kollektivknutepunktet der fortetting i hovedsak skal skje. Områdene har et hierarki der Lørenskog sentrum er kommunesenter, Lørenskog stasjonsområde og Fjellhamar er lokalsentre, mens Ahus/Nordbyhagen og Visperud primært er næringsområder som kan få nærsenter-funksjoner dersom det utvikles boliger. De fem utviklingsområdene har ulik modenhet med tanke på videre planavklaringer, behov for investeringer i offentlig infrastruktur og øvrige drivkrefter som fremmer utvikling. Det er ellers innarbeidet en ny bestemmelse om rekkefølgekrav og vilkår for å etablere samfunnservice, grønn struktur og teknisk struktur. Derved kan kommunen bedre styre utbyggingene, slik at man ikke risikerer en situasjon der kommunen ikke kan etablere tilstrekkelig infrastruktur for nye boliger og innbyggere.

Lørenskog sentrum

Området har en stor utstrekning fra Solheim i nord til Skårer i sør. Solheim strekker seg fra Rådhuset og ned til midten av Skårersletta, mens Skårer er den øvrige, sørlige delen av utviklingsområdet. Sentrumsområdet har hatt prioritert de siste årene og har en høy plan- og utviklingsmo-

denhet. Bussterminalen som er kommunens viktigste kollektivknutepunkt, ligger her. Kommunen skal fortsatt prioritere Lørenskog sentrumsområde med offentlig og privat tjenesteyting, handel, kultur og boligutvikling. Skårersletta bygges om fra vei til bygate.

I 2017 vedtok kommunen en VPOR – veiledende plan for det offentlige rom – for Lørenskog sentrum. I denne VPOR'en ble det foreslått et lokk over Riksvei 159. Det har lenge vært ønske i kommunen om en løskløsning for å binde sammen arealene nord og sør for riksveien og løse utfordringene med støy og dårlig luftkvalitet. Kommentar: Veilokk er en stor investering. Sannsynligheten for at Statens vegvesen støtter dette prosjektet, er liten. Framtidig utvikling i sentrumsområdet tar også utgangspunkt i forlengelse av T-banenettet fra Ellingsrudsåsen i Oslo til Lørenskog sentrum med stasjoner ved bussterminalen og på Skårer. Kommentar: Alle midlene i Oslopakke 3 går til finansiering av Fornebubanen i mange år framover. Lørenskog kommune ser ut til å erkjenne at en manglende finansiering av T-banen til Lørenskog vil føre til at planene forskyves svært langt ut i tid.

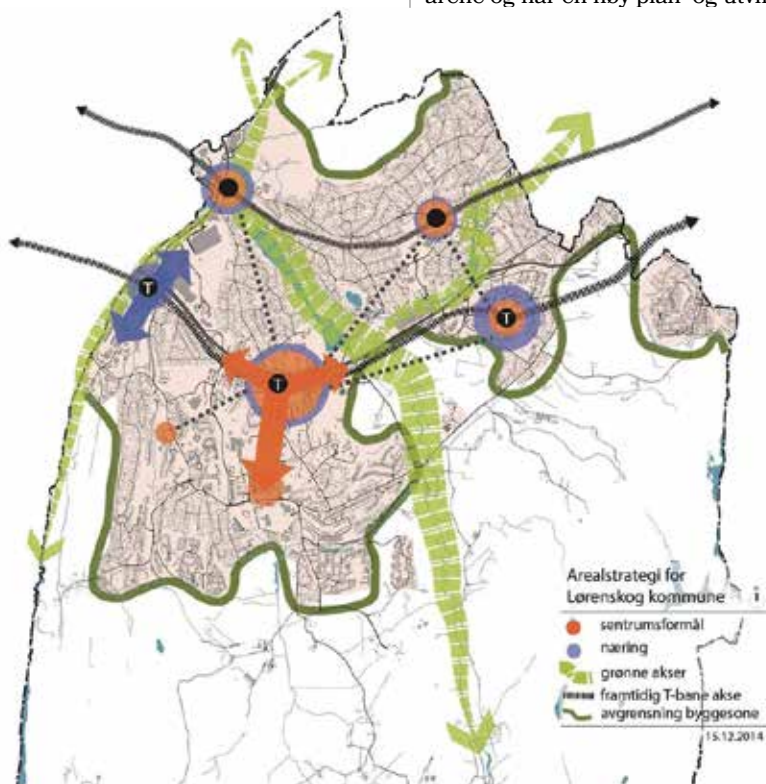
Lørenskog stasjonsområde

Store deler av området omfattes av kommunedelplan for Ødegården fra 2010. Det har skjedd en omfattende utvikling siden da, med ny skole og flere hundre nye boliger. Etablering av skihallen SNØ med tilhørende virksomheter og næringsdel har endret forutsetningene fra kommunedelplanen. Det er et betydelig potensial for videreutvikling som stasjonsby og kollektivknutepunkt med lokalsenterfunksjon, bolig og næring. Videre utvikling av handel bør primært begrenses til å dekke et lokalt behov. Området bør ikke utvikles til et alternativt handelstygdepunkt som undergraver Lørenskog sentrums status som kommunesenter. Det skal legges vekt på å etablere en «banegate» som et byrom langs jernbanen og å skape blågrønne aktivitetssoner langs vassdragene.

Visperud

Dette er det eneste av kommunens utviklingsområder som har en tydelig næringsprofil og som skal utvikles til et næringsområde med arbeidsplassintensiv næring. Dette bygger opp under lokalisering av en framtidig T-banestasjon på Visperud. Området ligger tett på veinettet og inntil Ellingsrudelva som utgjør grensa mot Oslo. Området preges i dag av store bygninger og asfalterte overflater, og er sterkt berørt av overvannsproblematikk, høyspentlinjer (Røykås) og trafikale utfordringer.

Det er utarbeidet en rapport i 2021: Visjon for Visperud. Det skal utarbeides områderegulering med nødvendige avklaringer knyttet til T-banestasjon, høyspentanlegg og samferdselstiltak, som bl.a. dekker kollektivtrasé (superbuss) og sykkel-ekspresstrasé i Solheimveien. Det skal utredes mulighet for boliger og idrettsanlegg lengst sør i området. Utviklingen på Visperud skal koordineres med hva som skjer på Karihaugen på Oslo-siden av grensa.



Arealstrategi Lørenskogs utviklingsområder.

Fjellhamar

Fjellhamar er lokalsenter med jernbanestasjon og det historiske kommunesenteret i Lørenskog. Det er et historisk industriknutepunkt og har kulturhistorisk verdi. Store deler av området er aktuelt for boligutvikling.

Det skal legges til rette for en helhetlig utvikling av Fjellhamar, sør for jernbanen. Nye Fjellhamar skole er nettopp tatt i bruk, og ny flerbrukshall er under ferdigstilling. Området skal utvikles videre som et viktig lokalsenter, og det skal utredes hvorvidt Fjellhamar kan få et styrket kulturtilbud med grunnlag i den gamle industribebyggelsen på Fjellhamar bruk.

Ahus/Nordbyhagen

Ahus-området har siden etableringen blitt gradvis integrert i et voksende tettsted.

Området skal utvikles til et campusområde for kunnskapsbasert og arbeidsplassintensiv næring og forskningsvirksomhet med utgangspunkt i sykehuset og «livsvitenskap»-segmentet. Det er viktig at sykehusets arealbehov ivaretas. I en mulighetsstudie anbefales det en kvalitativ fortetting på eksisterende arealer, og at utviklingen på lang sikt orienteres mot Fjellhamar med bebyggelsen og togstasjonen der. Det er foreslått en sammenhengende struktur av grøntområder og gang- og sykkelveier mellom Ahus og Fjellhamar. Det er i dag konkrete planer for nye sykehusbygg, bl.a. kreftbehandling, psykiatri og kontorfunksjoner. Det skal jobbes videre med å styrke kollektivtilbudet til Ahus med forbedret busstilbud langs hovedlinjen øst/vest.

Skolehagen 2022



Skolen har overtatt driften av skolehagen. Etter en litt treg start kom vi oss godt inn i rutinene, dette med god hjelp og gode råd fra tidligere medarbeidere i skolehagen, Vidar, Gunnar og Frøydís. Det praktiske arbeidet var det enkleste, men tidsberegningen av de ulike oppgavene var det som var det mest krevende, fordi det var første gang vi drev med slikt arbeid. Vi fikk frem noen flotte grønnsaker og noen ble ikke helt bra. Det ble masse poteter, ganske bra med løk, litt dårligere med kålrot, squash og purre. Det skal vi rette på. Vi kjøpte inn grill og uteleker slik at vi kan bruke skolehagen oftere i AKS-tid (AKvitetsSkole) med ungene.

Vi trivdes veldig godt i skolehagen. Det

gjorde skolehagegruppen på 4.-trinn også. De gjorde en utrolig innsats. Under sommerferien fikk vi god hjelp av foreldre som hadde meldt seg som frivillige skolehagehjelpere.

I 2023 har vi tenkt å dyrke mer grønnsaker slik at hvert trinn fra 1.-4. får fem kasser hver som de skal passe på. (Sette, luke, vanne og høste selv) med hjelp av oss.

I samarbeid med skolen skal 5.-trinn også dyrke grønnsaker som de skal bruke til høsten når de starter opp med «Mat & Helse» i 6. trinn. Da er et av målene i lærerplanen å bruke mat dyrket i lokalmiljøet: «Fra jord til bord».

Robert og Kenneth, AKS

Solglimt

CATERING & CREW AS



KONFIRMASJONSTILBUD 2023

Vi gjentar suksessen med et konfirmasjonstilbud for 2023. Mange fornøyde kunder gav oss tilbakemelding på at dette var noe for enhver smak med både kalde og varme retter.

KONFIRMANTENS ØNSKE

Røkt ørret med friske sitrusfrukter og fersk dill.
Servert med husets eggerøre

Chilimarinert scampi
(scampi fra bærekraftig utvikling).
Serveres på spyd med papayadip.
Solglimt hjemmelagede roastbeef med smakfullt tilbehør.
Serveres med hjemmelaget remulade.

Spansk salat med sherrytomater, bønner, rødløk, paprika, oliven, agurk og kvernet pepper
Oppskåret loff og grovt brød fra Samsons bakeri

Kuvertsmør.

Varmt: Kreolsk marinert kyllingfilet New Orleans style

Spanske kjøttboller med romescosaus (tomatisert) og pinjekjerner.

Solglimts velkjente karbonade med stekt løk.

Ovnsbakte amadinepoteter med olivenolje og dryss av havsalt
Pris kr 380,-pr kuv.

www.solglimt.no TLF 22379009

Velkommen til Mekonomen Stovnerbrua Service Senter



EU-kontroll

**Bestill time
i dag!**

Stovnerbrua Service Senter AS

Stovnerveien 4, 0980 Oslo • Telefon 22 10 10 51 • E-mail: post@stovnerbrua.no

Mekonomens tillitsløfte

#1: Vi skal alltid gi deg våre beste råd

Vi vil det beste for deg og bilen din. Når du møter våre fagfolk skal du alltid være sikker på at de gir deg sin beste vurdering, basert på sin kunnskap og erfaring.

#2: Vi avtaler alltid omfang, pris og levering på forhånd

Det siste du trenger når du har bilen på verksted, er flere ubehagelige overraskelser!

Derfor setter vi aldri i gang med en jobb uten å ha blitt enige om både omfang, tid og pris med deg på forhånd.

#3: Vi ringer deg alltid dersom det blir endringer

Noen ganger skjer det uventede ting som gjør at oppdraget endrer seg. Når det skjer, ringer vi deg alltid opp og lager en ny avtale om pris, omfang og leveringstid før vi jobber videre.

#4: Vi viser deg alltid bildelene vi har byttet

Når vi bytter bildeler lar vi deg få se på alle delene vi skifter ut hvis ønskelig. Slik kan du undersøke bildelene selv, eller be noen andre om å se på dem dersom du skulle være usikker.

#5: Vi har ingen skjulte kostnader

Fagspråk og delenavn kan oppleves kryptiske når de opptrer i såpass forkortet form som de gjør i en faktura. Derfor tilbyr vi en gjennomgang av fakturaen sammen med deg for å forklare alt vi har gjort, og hvorfor vi har gjort det.

#6: Vi leverer når vi skal

Det å ha bilen sin inne på verksted er i utgangspunktet en ulempe – det er vanskelig nok å planlegge hverdagen ellers. Derfor gjør vi alt vi kan for å levere bilen din når vi skal. Det innebærer også at vi sier fra til deg med én gang dersom det skjer noe uforutsett som gjør at oppdraget tar lengre tid, slik at vi kan lage en ny avtale.

Cornelia – Høybråtens sangfugl

Midt på Høybråten bor det ei 17 år gammel jente som elsker sang, musikk, teater og luftakrobatikk. Men hun syr også, tegner og maler. En skikkelig kreativ sjel, Cornelia Helgor. Nå på ettervinteren har vi kunnet følge henne på det populære TV-programmet «The Voice».

Ved Frøydis Cederkvist Stenerud
Redaksjonskomitéen

Jeg hadde en del spørsmål til Cornelia som jeg gjerne ville ha svar på.

Dette er hva hun hadde å si til alle leserne av Vel-Nytt. «Mamma er sanger og pappa er lydtekniker, så det var helt naturlig at det i hele min oppvekst var mye sang og musikk hjemme. Det har uten tvil vært med på å forme meg, og er den største grunnen til at jeg er så interessert i musikk. Mamma synger mer eller mindre hele tiden, så det var og er en del av dagliglivet. I tillegg pleide pappa å synge for meg når jeg skulle legge meg.»

Jeg lurte på når hun begynte å kjenne på at det var gøy å opptre?

Cornelia svarer at hun alltid har elsket å synge og opptre for andre.

Hun og vennene hennes pleide å lage små fremførelser, sanger eller filmer som de viste for foreldre og øvrige familie. Men hun var ikke en av dem som brukte hårbørsten som «mikrofon».

«Jeg var ingen tydelig sanger fra tidlig alder, selv om jeg alltid har sunget og nynnet for meg selv og med venner», sier hun. Hun likte også godt dans og fant ut at teater var gøy.

Men det var ikke før hun begynte i Lørenskog Musikalteater at hun for første gang fikk stått på en skikkelig scene. Da hun i 2015 fikk være med i «Alice i eventyrland», der hun hadde rollen som Lille-Alice, kjente hun virkelig på den store gleden ved å opptre foran en stor sal full av mennesker. Hun var bare ni år, men det ga mersmak. Sangen og musikken har ført henne inn i teaterverdenen, og i Musikalteateret får hun spilt på mange strenger. Cornelia er sulten på utfordringer, så i 2018 begynte hun med scenekunsten Luftakrobatikk. Det var nytt og spennende, noe hun ble helt betatt av med en gang. Alt er like gøy.

Underveis ville jeg gjerne vite hva som driver henne og hva hun drømmer om videre? «Jeg er forberedt på å jobbe hardt, for en

dag håper jeg å kunne leve av skuespill og musikk. At jeg har noe erfaring innenfor teater og skuespill er en fordel å ha med seg, men den siste tiden har jeg kjent på en stor vilje for å utvikle sangstemmen og musikaliteten i meg», svarer hun. Å skulle velge en av delene ser hun ikke noe poeng i, for hun vil gjerne gjøre begge deler, både være sanger og skuespiller.

Alle som kjenner Cornelia godt eller bare litt, har nok tenkt at henne vil vi få høre på «The Voice» en dag. Selv hadde hun også en drøm om det.

Så da hun var blitt gammel nok, meldte hun seg på. Hennes musikk lærer fra ungdomsskolen hadde anbefalt henne for castingteamet til programmet, da hun kjenner en av dem. I tankene hadde hun sett det for seg mange ganger, så da hun ble invitert på audition, trengte hun ikke lang betenkningstid for å svare «ja». Deretter ble det mange auditionrunder, og flere runder med egentatte filmopptak, tilbakeløp og videomøter før hun endte på «blind audition». Når det gjelder selve prosessen etter «blind audition», opplevdes alt veldig positivt. Mannskapet er veldig flinke til å ta vare på de backstage, passer på at de har alt de trenger og at de føler seg komfortable.

Jeg nevner at hun ser så trygg og avslappet ut på scenen og lurer på om hun har noen triks hun bruker? Hun svarer ganske raskt at hun følte seg ganske stresset og nervøs, men er veldig fornøyd med at det ikke så slik ut for publikum. Selv om hun har en del erfaring i det å stå på scenen, håndtere nerver og å prestere foran et publikum, så er det ikke til å unngå at en viss form for nerver dukker opp, og slik skal det være når man skal yte sitt beste.

«At det å stå på scenen gir så mye glede, er nok noe som bidrar til at jeg virker avslappet.»

Jeg har mye jeg lurer på, så jeg spør videre hvordan det er å stå foran disse kjente dommerne, som både ler, gråter og gir tilbakemeldinger.

Cornelia smiler og sier: «Bare det at dom-



Høybråtens sangfugl – Cornelia Helgor.
(Foto: Frøydis C. Stenerud.)

merne kan navnet mitt, føles helt uvirkelig. De er så gode på å gi tilbakemeldinger, så det er bare å suge til seg alt de sier». «Synes du det har vært en lærerik reise med din mentor?» vil jeg vite. «Ja, det har vært bare en fryd å få jobbe med Espen Lind. Jeg føler at jeg har utviklet meg gjennom denne prosessen, og jeg er evig takknemlig for alt jeg har lært og erfart.»

På spørsmål om hvordan det var å jobbe så tett og allikevel skulle konkurrere med de andre deltagerne, hvordan føltes det? Hun sier hun ikke var så opptatt av selve konkurransen, men mer fokusert på å gjøre en fremførelse hun kunne være stolt av hver gang. Hovedmålet da hun startet, var å komme til «blind audition», og at alt etter det bare ville bli en hyggelig bonus.

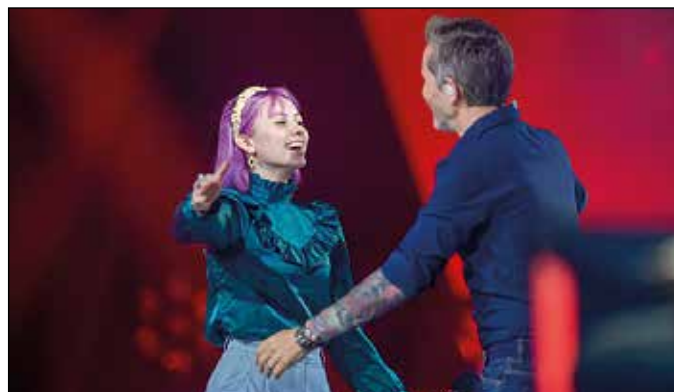
Jeg må si at alle som melder seg på en slik konkurranse er utrolig modige. Det er en glede å følge med de flotte talentene.

Hun kvitterer med et «tusen takk». Hun er så takknemlig for all den hyggelige og positive responsen hun har fått. Veldig glad for alle som har fulgt med og heiet på henne. Hun ser tilbake på tiden i «The Voice» med et positivt blikk. Mange erfaringer rikere, mye ny lærdom. Hun er veldig fornøyd med innsatsen hun gjorde. Det har vært en stor opplevelse.

Alle som kommer på Parkkvelden tirsdag 6. juni, vil få høre denne energiske unge damen med den følsomme og sterke stemmen. Hun er kveldens gjesteartist. Det er bare å glede seg.

Vi ønsker Cornelia lykke til med alle hennes drømmer. Vi får nok både se og høre mer fra henne.

HF



Bildet over er fra Cornelias sceneopptreden i «The Voice». Til høyre: Cornelia med sin mentor Espen Lind.

(Offisielle bilder fra «The Voice».)

TV-aksjonen NRK 2022

Den 23. oktober var det innsamling til «Leger uten grenser», med mottoet: «Sammen redder vi liv». Det var litt usikkert hvor mange veier som kunne bli dekket av bøssebærere her på Høybråten. Dagen nærmet seg og det var på langt nær nok bøssebærere som hadde meldt seg. Men det begynte å løsne, og på Folkvang dukket det opp flere som ville være med. Så alt i alt ble det ganske bra dekning. Kl. 16.00 drar alle ut med bøsser etter å ha registrert seg og fått tildelt røde. På Folkvang er det flere som står på både før og etter bøssebærerne kommer. Ved skjermen sitter Bjørn E. Torbo, han legger inn alle data.

Jan og Anne-Lise Haanæs er også bak bordet. De deler ut bøsser, kart etc. Jan har styring på det meste som skjer. Rolf Torbo er også med i arbeidsgjengen som mange år tidligere. Grete Andberg står i «pølsebua», rydder og fikser, Jon-Inge Andy Sogn gjør alt han får beskjed om og Anne Jenner steker vafler på kjøkkenet. Det trengs mye pølser og saft, vafler og kaffe til bøssebærerne er tilbake innen kl. 18.00. Det er mange hus i veiene våre etter hvert, hus vi ikke kan se fra veien. De er

bygget innenfor og innenfor hverandre igjen. Rene detektivarbeidet noen steder, hvilke hus som hører til hvilken vei. Det er litt spennende å ringe på, se om de vil gi noe til en god sak. Veldig få som sier «nei takk». Noen har pengene klare, og noen tømmer vesker og lommer for mynt, penger i bøssa blir det.

De siste årene har det vært mulig å Vippse, mange gjør det. Er det ingen hjemme, får de en lapp på døren om at bøssebæreren har vært der, og om hvordan de kan få gitt likevel. De fleste kjenner jo til «Leger uten grenser» og støtter gjerne.

Rundt kl. 18 er alle tilbake, og de er fornøyde med givergleden. Pengene blir hentet av pengetransport og talt opp et annet sted.

Pølsene glir ned og de varme vaflene ikke bare dufter godt, de smaker herlig også. En kopp varm kaffe eller te er deilig etter runden i høstlufta.

Mange følger med på NRKs innsamlingsaksjon på TV. «Leger uten grenser» gjør en fenomenal jobb over hele verden. De lever opp til sitt slagord: «Sammen redder vi liv».

Takk til alle engasjerte på Folkvang, alle



Jan og Anne-Lise Haanæs har styring på det meste av det som skjer under TV-aksjonen.

bøssebærere og alle givere. Men aller mest skal vi takke «Leger uten grenser» som står i de mest håpløse situasjoner og likevel fokuserer på: Her skal vi hjelpe, liv skal reddes. Det er alltid fin stemning på Folkvang under disse innsamlingsaksjonene. Bli med neste gang, da vel.

Frøydis C. S. *hf*



Bjørn E. Torbo (t.v.) legger inn alle data og registrerer bøssebærerne.



Grete Andberg (t.v.) er som alltid med og serverer pølser og vafler.

Har du enda ikke skaffet deg festskriftet fra skolejubiléet?

Det er fortsatt å få kjøpt flere steder på Høybråten.

Som vel de fleste har fått med seg; Høybråten skole fylte 100 år i 2022. I den forbindelse ble det laget et festskrift om skolen gjennom 100 år.

Her kan du lese om de aller første lærerne, og mange andre ansatte som er nevnt ved navn gjennom årene helt fra det ble drevet omgangsskole her.

Det blir fortalt personlige historier fra forskjellige tidsperioder, også fra krigens skoledager. Hvordan 100-årsjubiléet ble feiret, både med elevenes utstilling, mottakelsen og ikke minst at skolen fikk gå først i barnetoget i sentrum 17. mai blir dokumentert.

Dette håper vi kan bli et samleobjekt for ettertiden. Det er å få kjøpt flere steder på Høybråten: Kiwi, Joker og Høybråten blomster. Ellers er det å få kjøpt hos Rolf E. Torbo i Bekkevollveien 12 B eller hos Frøydis Cederkvist Stenerud i Bjerkeliveien 7.

HØYBRÅTEN SKOLE 100 ÅR
1922–2022



JULEGRANTENNING

Den 27. november var det 1. advent, og da tenker vi gjerne på noen kuldegrader og litt hvitt på bakken. Men slik var det ikke denne kvelden i 2022. Det var vått og surt. Men folk lot seg ikke skremme. Tror nok det var rundt 1000 som møtte opp i parken.

Tekst og foto:
Frøydis Cederkvist
Stenerud
Redaksjonskomitéen



Velforeningens konferansier, Anne Jenner, ønsket alle velkommen og var glad for oppmøtet på tross av ruskeværet. Nøyaktig kl. 17.00 tentes lysene på julegrana, og alle snudde seg mot treet. Det er noe magisk når lysene tennes.

Høybråten skolekorps og skolekoret er trofaste med denne 1. adventssøndagen. Der er det mange flinke barn og unge som Høybråtens befolkning er stolte av. Kapellan Ole Kristian Sand hadde noen adventsord på hjertet som vi fikk med på veien. Julen har mer innhold enn bare lys, pakker og nisser, det er viktig å huske på det. Ta vare på hverandre.

Gløgg og pepperkaker hører også med når lysene tennes i parken. Og det går unna hvert år. Det er trivelig med julegrantenning, der treffes naboer, venner og kjente, og det blir mang en hyggelig prat.

Det alle barna ventet på ettersom kvelden gikk, var jo julenissen. De som har vært på arrangementet før, vet at nissen pleier å komme på besøk, ikke bare en, men tre langskjeggete julenisser. Anne ga beskjed om at det var tid for å rope på julenissen. Barna ropte og ropte, men ingen nisse var å se. Etter å ha bedt om hjelp, kom Kathrine Carlsen opp på scenen og hjalp Anne med å rope i mikrofonen. Plutselig dukket det opp noe rødt som nærmet seg.

Tre staute nisser med store sekker, kom seg inn i parken og ned ved scenen. Velforeningens vakter passet på at det ble en fin kø hvor ingen kunne snike seg foran. Noen oppdaget nissen for første gang, storøyde og litt skeptiske, mens andre har truffet nissen mange ganger tidligere. Alle får juleposer, og det er like stas som før, heldigvis. Så var julegrana tent og alle gikk hver til sitt. Vel hjemme ble det nok en koselig kveld for barna, med nissegodteri før leggetid.

Takk til alle som sto på og gjorde en innsats for at det nok en gang ble en fin julegrantenning i parken. Godt jobba av Høybråten Velforening.



Høybråten skoles kor.



Høybråten skoles musikkorps.



Høybråten-folket støtter opp om julegrantenningen i all slags vær.



Mormor Liv og Isah hilser på nissen.

Julemarkedet på Folkvang kunne igjen åpne dørene

Som mange år før er det Kjersti Alberti og Ingvild Berg Holm som står som arrangører for markedet. Selv om Koronaen fremdeles surrer rundt oss, var de veldig glade for at det kunne arrangeres marked nok en gang. Det er vel nummer tretten i rekken fra første gang de åpnet på Folkvang. Men Kjersti og Ingvild er slett ikke lei. Med det samme dørene åpnes, er folk inne i lokalet. Noen starter å titte systematisk fra første stand, mens andre strener rett bort til en bestemt, kanskje fordi de ikke fikk tak i det de ville ha i fjor. Noen utstillere er alltid med, år etter år, mens noen passer det kanskje ikke for hver gang. Uansett er det alltid med en eller to nye utstillere hvert år.

Denne gang er det Helle Würst som viser fram sin glasskunst her for første gang. Hun lager hus, kirker, katter, hjerter, boller og skåler etc. Noen produkter står og noen henger. Noen kjenner kunsten hennes fra «Kulturkjelleren» i Ellingsrud kirke. Der har hun vært med i kunstnergjengen i mange år. Folk er tydeligvis interessert i det hun har med seg til Folkvang. Helle synes det er spennende å få være med på ny messe som hun har hørt fra andre skal være veldig bra. Og nå er hun helt enig: – Det er et veldig bra julemarked, sier hun.

Det er stort sett forskjellige håndarbeider i alle standene, det skal ikke være konkurranse dem imellom. Så mens du rusler rundt, finner du håndlagde nisser, engler, strikkeplagg, søm, kniver, hjemmebakst og mye annet godt.

Fra kjøkkenet dufter det nystekte vafler og kaker, og de fleste tar



Strålende farger og glade nisser møter deg rett innenfor døren.

gjørne en pause i kafeteriaen. Det smaker like godt som det dufter.

Loddsalgets overskudd går som før til fotballklubben Caranba i Brasil, prosjektet til Tommy Nilsen fra Ellingsrud. Mange barn redde ut fra fattigdom ved hjelp av den klubben.

Rett før markedet skulle stenge søndag, foregikk trekningen.

Mange kunne fornøyd putte en fin gevinst i veska.

Kjersti og Ingvild sier seg fornøyd med årets marked her, selv om det var litt mindre salg enn det pleier. Tatt i betraktning at vi er inne i en dyrtid med høy strømpris og renter på vei oppover, synes de det har vært veldig bra. Vi sees i november 2023.

HF

Årets basar på «Huset Vårt»

Tradisjonen tro åpnet dørene fredag 11. november for alle som hadde anledning til å komme på den første basardagen. Mange barn kommer gjerne innom tombolaen når de går fra skolen. Og medlemmer, særlig pensjonistene, er der gjerne alle dagene. Det er som en morsom tre-dagers fest å være på basar.

Høybråten Sanitetsforening har også mange yngre medlemmer som er i full jobb. Men de stiller på vakter, både for loddsalg, i salgsdisken og på kjøkkenet.

Her er det skikkelig dugnadsånd. I dag heter det gjerne julemesse eller jule-marked, men her på huset har de holdt på det tradisjonsrike navnet «basar», slik det het fra starten på 50-tallet.

Damene har nok å gjøre. Det stekes vafler, traktes kaffe i ett strekk, fylles på kakefat og skjenkes opp saft. Hele tiden kommer det folk som gjerne slår seg ned i kafeteriaen. Da blir det noen turer med litt handel, og loddbookene fylles opp. Det er en spesiell bok for barnegevinster og flere bøker med gjennomgangslodd. Og det er maaaange gevinster.

Noen har de fått fra firmaer, men de aller fleste gevinstene er

levert av medlemmene selv. Tombola er et ord mange yngre ikke kjenner, hvis de ikke bor et sted hvor slike basarer som dette finnes. Før i tiden visste alle hva tombola var: Vi trakk en nummerlapp fra en trommel og visste at da ble det gevinst.

På «Huset Vårt» har de en gammel håndvaskemaskin som de fyller med nummerlapper. Så sveives det rundt så det blander seg godt. Og ungene står gjerne i kø for å trekke. Gevinster blir det, på 3., 2. eller 1. hylle. Bare å velge i forhold til tallet på lappen.

På salgsdiskene bugner det av flotte håndlagde varer. Her finner man fremdeles spesielt gode hjemmebakte julekaker, håndstrikkede sokker, votter, luer og annen strikk, malerier, julepynt og selvsagt nisser i flere varianter.

Mange kjøper julegaver her, da vet de det er skikkelig vare, ikke dusinvarer.

Lørdagen er gjerne den store salgsdagen. Høybråtens beboere følger opp disse dyktige sanitetskvinnene med besøk på basaren. De støtter det fine arbeidet NKS (Norske Kvinners Sanitetsforening) står for, og får fine ting tilbake.

NKS gir penger til kvinneforskning, og gjør mye for å hjelpe fellesopplegg i forhold til vold mot kvinner og barn. Høybråten Sanitetsforening bidrar mye til felles arbeid, både i nærområdet,



Mange fine gevinster.



Sosialt samvær er også en del av basaren, treffe naboer og andre kjente.

JULEMESSENE

nasjonalt og internasjonalt. Vi har mye å takke dem for. Søndag ettermiddag samles små og store til trekning. Alle følger med når nummeret blir lest opp og spenningen stiger når de leter etter navnet i boka det gjelder. — Her, det er meg, ropes det, — Å, det er naboen min, — Vant bestefar dukkevogna? — Haha, nå blir'n glad, lyder det fra annet sted. Alle uavhentede gevinster blir navnet og de blir ringt opp dagen etter. Her er det ingen tvil om at alt kommer dit det skal. Så har vi disse med spesiell vinnerlykke da!!! Kathrine Lyslid Granøien vant SJU gevinster!!! Kunne jo nesten holdt en egen basar etterpå. Men har man flaks, så har man flaks. Det var heldigvis mange andre som også vant. Det viktigste var at det ble gode inntekter som kan brukes til gode formål.

Leder Helene Ottersen og basarkomiteen var veldig fornøyde med helgen. Utrolig mange timer er nedlagt før og under basaren, dette er et stort prosjekt. Takk for innsatsen til alle sammen. Helene legger til at det har nok vært litt mindre besøk nå enn det pleier, men vi er i en spesiell tid, man er generelt litt forsiktigere med pengene. Men for all del, vi er kjempefornøyde, sier hun. Så er det bare å få i havn årsmøtet i februar, så de kan begynne å jobbe for basaren 2023. Velkommen!

HF

Menighetens julemesse

Lørdag 19. november 2022 var det atter en gang julemesse i menighetshuset. Der gjelder det å være tidlig ute, for messa er åpen bare denne ene dagen, og særlig julekakene går raskt unna. Miriam sier de holder seg til tradisjonelle hjemmebakte julekaker og annet som smaker, i tillegg til strikking, quilting og diverse andre håndarbeid. Helt fra døra åpnet strømmet folk inn i lokalet. Loddøkene fyltes med navn og telefonnr. Det var mange flotte gevinster, bruksting, pyntesaker og leker. Kaféen ble raskt fylt opp. Kanskje hadde du ikke spist frokost enda, eller du var i lunsjmodus, det passet uansett med noe godt å spise. Karbonadesmørbrød, pølser med og uten, et deilig kakestykke eller nystekte vaffer, alt gikk unna. Årsalg hadde de også der, og årene fikk ben å gå på. Gevinstene ble mottatt med smil.

Ingen messe i menighetshuset uten sang. De aller fleste liker å være med å synge. Hilde Frøkedal leste og hadde en samlingsstund da det nærmet seg slutten på messa. En flott opplevelse. Den store trekningen er alltid spennende, og der som andre steder, var det noen som gikk hjem med mange gevinster og andre som ikke vant noe. Sånn er det bare. Lørdagen ble en fin start mot adventstiden. Miriam takker fra arrangørgruppa, for all hjelp både med messa og alt forarbeidet. Det lages jo ting gjennom hele året, for gruppa har møter hvor det jobbes. Uten all bistanden hadde de ikke klart å gjennomføre dette. — Dersom noen synes dette høres hyggelig ut, eller om noen ønsker å lage noe til messa på egenhånd, setter vi stor pris på det avslutter Miriam. Så sees vi sikkert på neste messe som er i november 2023.

HF



Det var både loddssalg og salgsdisk. Som og strikk og julekaker var populært.



Marianne spilte piano og ledet allsang.



Hva med å rydde opp etter seg?

Det dere ser i bildet til venstre var synet som møtte oss i Høybråtenparken 3. januar. Det var dermed ingen tegn på at de som hadde skutt opp fyrverkeri nyttårsaften hadde til hensikt å rydde opp etter seg. Flere andre steder på Høybråten kunne man observere lignende forsøpling. Red.

JULETREFESTENE

Tekst og foto:
Frøydís Cederkvist
Stenerud
Redaksjonskomitéen



Endelig kunne vi gå på juletrefest igjen

Etter tre lange år med forbud mot store forsamlinger, ble det invitert til juletrefest både på Bedehuset og på Vardeheim.

Først ute var KFUK/KFUM med sin tradisjonelle julefest for speiderne.

Det ble ønsket velkommen av speiderleder Anette Bø Thorkildson, hun var nesten forundret og veldig glad for at såpass mange hadde kommet, da det nå ikke hadde vært slike samlinger siden 2020.

Innmarsjen gikk raskt, fikk ikke knipset bilde en gang, før alle sto på plass.

Ikke noe somling der nei. Etter opptagelsen, som speiderledere Ivar Asbjørn Brede sen og Vegard Ovland ledet, av både nye og tidligere speidere, var det opptagelse av to nye ledere, Sara og Huijuan. Flott at flere ungdommer går inn som ledere.

Å gå rundt juletreet, ja det er obligatorisk når det er juletrefest. Og sannelig lød sangene bra også, etter stemmetørke så lenge.

I pausen smakte det godt med kaker, lefser og godterier, brus og kaffe i peisestua.

Noen kikket på tegnefilm i storsalen.

Speiderne solgte lodd, masse lodd. Inntekter som trengs i speiderkassa.

Å løpe rundt juletreet, kollidere med hverandre og gråte en skvett, ja det hører også med.

Speiderne har mange leker på repertoaret, nå sa Anette at det skulle bli «henteleken».

To partier på hver sin side av rommet skulle hjelpe to utvalgte speidere til å komme med ting som ble ropt opp. Full fart for å hente spill, bibel, ti-krone og annet folk hadde i vesker og lommer. Andpustne og varme fikk man så vite om man var på vinnerlaget.

Og det var bare to små poeng som skilte vinnerne fra taperne. Men det viktigste var jo at alle hadde det gøy.

Loddtrekningen er alltid like spennende, uansett hvor mye vi har i skuffer og skap. Og det jubles over premier som skumnisser, sjokolader, sjampo, lys og servietter. Hovedgevinsten er botta med frukt og godsaker, den er ekstra gjev å vinne. Og alt kommer til nytte.

Så var festen nesten over, den var i god, gammel tradisjon. Som Anette sa: – Vi har ikke fjernet noe eller lagt til noe, så ser vi hvordan det blir mottatt. Etter de fornøyde fjesene å dømme, var det akkurat slik alle ville ha det.

Til slutt dukket tre superblide nisser opp, og de ble populære. Godteposer ble delt ut til alle, til det var tomt i sekken. Det var fint å se at noe er som før, som om aldri Koronaen har stjålet tre år av våre liv. Den røde tråen har holdt.

Takk til KFUK/KFUM som tok sjansen på å holde juletrefest igjen.

Hf

På det øverste bildet ser vi Julie og Isabelle sammen med nissene.

På bildet til venstre er det Sarah som avgir speiderløftet.



JULETREFESTENE

Velforeningen hadde juletreffest få dager etter

Høybråten Velforening sendte ut invitasjon før jul, om juletreffest den 8. januar. Det var ingen respons, spørs om invitasjonen druknet i alle juleforberedelsene. Men etter et par purringer ble det fart i påmeldingene etter jul. Det ble over 60 påmeldte, men p.g.a. mye virus i sving, ble det litt i underkant av 50 som kom. Det var festkomitéen fornøyd med, de hadde vært veldig spente på om det var interesse for juletreffest etter tre år med forbud av større forsamlinger. Alt samvær har jo ligget i dvale.

Kl. 15 åpnet dørene og festpyntede barn og voksne strømmet inn på Vardeheim. Barna fikk tegneark og farger så de kunne beskjeftige seg med noe til festen begynte. Nisseorkesteret spilte julesanger, Oda Halvorsrud Holen ønsket velkommen og ba barna sette seg på gulvet foran scenen. Det var tydelig at ungene syntes det var spennende da hun fortalte om trollet som bodde i det kjempestore trollsloppet. Det var så stort at det gikk flere år før han kom helt opp i øverste etasje. Engasjerte fulgte de med på eventyret. De gode, gamle sangene om bl.a. undulaten som bodde hos den gjerrige familien var det også morsomt å synge igjen. De skulle være blide og sure, triste og sinte i stemmene sine. Det ble smil og latter. Oda er flink til å få med seg ungene. Gjette på julesanger er moro, og den som gjetter riktig får stå ved mikrofonen å synge, når alle går rundt juletreet.

For noen blir det veldig stort å stå der, så stemmen blir nesten borte, mens andre synger frimodig i vei, om de bare kan et ord eller to. Oda står trygt ved siden av, så det går bra for alle. Nissene fra orkesteret får med seg barna rundt juletreet og alle andre blir oppfordret til å følge etter. De gikk «over sjø og land, klappet, hoppet og hinket, hang opp tøy og vasket gulv». Akkurat slik vi har gjort på juletreffester i maaange år. Lek og løping rundt treet endte med at hele treet veltet, men ingen skader skjedde. Alt ble satt på plass igjen. Så var det pølser og kaker, brus og kaffe som sto for tur. Nissene står i kø med ungene og hjelper dem tilbake til bordet. Kaker er populært, både små og store liker kaker. Loddene gikk unna som varmt hvetebrød, det var mange gevinster på bordet. Flere lodd bøker måtte hentes. Sangleker rundt treet er en fornøyelse, det danses og synges om «Per Sjuspring, Bussen gjennom byen, Lappadu» med flere. Det bøyes og tøyes, svinges og snurres. Mye latter og litt knall og fall. Det ble ropt på nissen både to og tre ganger, og endelig dukket han opp, med proppfull sekk med godteposer. Barna satt stille som mus, for Oda hadde sagt at de hadde lim i rompa, og da sitter man stille. Det er moro at det fremdeles er like stas med nissen og posene som før.

Alle skeptikere ble gledelig overrasket over hvor gøy alle syntes det var på juletreffest igjen. Heldigvis var barna og de voksne like fornøyd med festen som før Koronatiden. Vi håper dette fortsetter som en fin tradisjon i mange år enda. Takk for innsatsen til festkomitéen og Velforeningen. Enda flere har fått gode minner fra juletreffest.

Hil

På det øverste bildet har Ida fått plass på nissens fang.

Nissen tok seg god tid til å snakke med barna. (Bildet til høyre.)



Tradisjonen tro: Middag i høstmørket på «Huset Vårt»

Har du fylt 75 år, er det stor sjanse for at du har vært invitert på middag av Høybråten Sanitetsforening i oktober. I år er det 65 år siden damene begynte med busstur for de godt voksne i nærmiljøet. Etter hvert ble det to busser, og de gikk over til middager på Vardeheim i stedet. Men i 1985 ble «Huset Vårt» sanitetskvinnenes hus, og to kvelder i oktober inviterer de eldre til middag i egne lokaler.

Nye generasjoner med sanitetskvinner følger opp. Ca 300 invitasjoner sendes ut og ca. halvparten svarer. Mellom 60 og 70 fornøyde pensjonister kommer begge kveldene. De nyter deilig mat og god drikke i selskap med naboer, kjente og ukjente.

Alle blir ønsket velkommen i døra med et lite glass, og man finner seg plass mens Peder Ytterli (kjent for de fleste fra pensjonistforeningen) spiller kjente melodier. Det er pyntet så fint med hvite duker og fargerike blomster.

Trivelige damer farer inn og ut med boller og fat mellom kjøkken og bord. De får skikkelig trim. Etter deilig viltgryte serveres fruktsalat med krem til dessert. Praten går livlig, det er ikke vanskelig å finne samtaletema, og latteren sitter løst. Etter den lange Koronatiden var det mange som nøt å endelig kunne treffes i hyggelig lag. Fornøyde som alle var, gikk loddsalget

unna. Det ble tomt for årer. Må nok lage flere før neste høstfest. Og noen har som alltid mer vinnerlykke enn andre. Kaffe og kaker hører med, og bløtkakene gikk unna. Fire timer farer fort avsted i hyggelig selskap, og når klokka nærmer seg 21 er det tid for å takke for seg. Tanken om en fin kveld er god å ta med seg ut i oktoberkvelden, og gjør kanskje kommende dager litt lettere. Det å møte andre mennesker er veldig viktig, uansett alder.

Stor takk til blide, flinke sanitetsdamer som gjør så mye bra for kvinners liv i større skala enn middager på «Huset Vårt». De støtter forskning på kvinnehelse over hele verden. Men disse middagene gleder svært mange i nærområdet, både kvinner og menn. Det er en kveld å se frem til i høstmørket.

Nå går det mot vår, og det blir kafédager og annet frem mot sommeren.

Vi har mye å være takknemlige for fra Høybråten Sanitetsforening.

Frødis C. S. *✍*



Så var det fastelavnstid med mere

Søndag 19. februar var det fastelavnssøndag og selvsagt fastelavnskafé. Kan vi si at det er «stinn brakke» når det gjelder Fastelavnsfeiring og bollefest? Ja, vi tar sjansen på det. For maken til oppmøte på fastelavnssøndagen 19. februar hadde ingen sett før. Det var åpent fra kl.

13.00 til 15.00 og folk kom og gikk hele tiden. Var nesten vanskelig å si at de skulle stenge. En av initiativtakerne til disse kaféene, Tone Belsvik, smilte fra øre til øre. Det var mange barnefamilier, yngre og eldre koste seg med kaffe, te og saft, boller og kaker. Og ei bolle er ikke bare ei bolle, nei! De var fylt med vanlig krem, vaniljekrem, sjokoladekrem, og syltetøy med krem, alt hva hjerte og gane begjærte. Og der var kanelsnurrer og vanlige boller og ei sjokoladekake det går gjetord om. Det duftet nybakst langt bortover veien, ikke rart det var mange som kom innom. Disse damene vet hva som smaker og hva folk vil ha.

Resten av de 1500 fastelavnsrisene, også digitale, ble solgt, ja, endog utstillingsbutikken av trollhassel ble solgt, med fjær i alle farger. Sanitetsdamene takker alle for støtten. Litt rester fra basaren i november sto framme, og sannelig gikk det ikke unna noe av det også.

Nå kan kaféjentene legge bena på bordet og ta ei bolle, for en fenomenalt gjennomført fastelavnssøndag. Vi tar av oss både lua og hatten.

Dagene før var det full fart i «Huset Vårt». Ca. 30 damer var innom på hver sine dager og økter, sorterte fjær, buntet og bandt 1500 ris. Fantastisk jobb. Sanitetsdamene takker for god hjelp fra Stortorvet

blomster, Høybråten blomster og Hårstua som alle solgte fastelavnsris i butikkene. På «Huset Vårt» var det salg fire dager mellom 10. og 18.februar. Man kunne Vippse og så komme dit og hente risene, eller bare stikke innom og kjøpe. Også på Triaden, Metro og Tveita senter ble det solgt ris de samme dagene.

Damene vil også gjerne nevne at NKS sentralt har kjøpt over 200 ris av dem i år. Risene ble gitt til viktige kontakter og politikere NKS samarbeider med. De har i tillegg hatt æren av å lage hjerteris til Oslos ordfører dette året. Og ikke å forglemme har de levert 20 doble ris til kongehuset. Så disse driftige damene ble kongelig hoffleverandør av ris.

For å få oss ned på jorda igjen, vil Helene også gi ros til klasse 1 B som hjalp til med å pynte trærne utenfor «Huset Vårt». Det ble riktig fint, og barna syntes det var koselig. Hurra for innsatsen til Høybråtens sanitetsdamer til fastelavn.

Kløverturer

Kløverturer er populært. Det har sanitetsdamene klart å gjennomføre de aller fleste gangene turene har vært satt opp, på tross av både virus, vær og føreforhold. De fleste tirsdager vår og høst er det bare å møte opp på «Huset Vårt» kl. 11.00. Turene tilpasses for hver gang. Noen ganger er det kaffe og litt å bite i på turen, andre ganger er det kaffekos på huset etter de har kommet tilbake.



Tone Belsvik og Line Urdahl Fjell er trofaste medarbeidere på fastelavnskaféen.

På torsdager er det kafé, og det har blitt veldig populært. Mange kommer med småbarna sine og noen kommer alene. Da er det prat og diskusjoner, veldig sosialt og trivelig. Det er plass til flere. Årsmøtet gikk av stabelen 1. mars.

«Strikk og skravl»

ble gjennomført med godt frammøte fredag 17. februar og fredag 21. april. Alltid stor stemning, strikkepinnene går like fort som skravla. Alle er hjertelig velkommen på disse fredagene. Det fortsetter til høsten. En morsom hobbykveld var det 15. mars. Da så mange

nye idéer dagens lys, selv om det var om kvelden.

Månedsmøter

Med Oslo fylke var det filmkveld med filmen «Women Talking» på Frogner kino 23. mars. Månedsmøtet 12. april var det Mannekengoppvisning med klær fra butikken «Stili». Det er alltid populært, stort oppmøte. Mange fristende plagg å se på de fine damene. Nok et spennende månedsmøte var det 3. mai med et foredrag om soneterapi. Det var veldig interessant å høre hvordan kroppen kan reagere på dette.

Onsdag den 7. juni blir det båttur. Det pleier alltid å være veldig trivelig. Kommer nærmere opplysninger til medlemmene. Onsdag 14. juni er det sommeravslutning på «Huset Vårt». Sannelig bør vi ta av oss hatten for disse driftige damene som finner på så mye bra i nærmiljøet vårt, ved siden av at de bryr seg om kvinner over hele verden. Takk for fantastisk innsats siste del av 2022, med basar, julekafé og julemøte og alt dere har stått på første halvår av 2023. Det er bare å glede seg til høstens program. God vår og sommer til alle, både sanitetsmedlemmer og andre lesere. *Frøydis C. S.*

HF



Her fikk de nok fjær både i hatten og i håret. Ferdig sortert.



Klasse 1 B pynter med fjær foran «Huset Vårt».

Groruddalen Historielags årbok 2022

Ved Dan Brovold
Leder i Groruddalen Historielag

Groruddalen Historielag har som formål å dokumentere historiske hendelser fra bydelene Alna, Bjerke, Grorud og Stovner. Vår hovedkilde i dette arbeidet er å utgi vår Årbok. Denne forsøker vi å utgi hvert år og har klart det i over 35 år nå. Historielaget har nedsatt en redaksjonskomite som består av Jan-Arne Tangerud, Anne Fikkan, Kristian Skaane og Frithjof Funder som arbeider med å samle artikler og redigere innholdet.

Vi forsøker å finne fram til interessante artikler fra både fjern og nær tid. I årbøkene har det vært en rekke artikler fra Høybråten. Grunnen til dette er at vi har forfattere som Frøydis Cederkvist Stenerud, Rolf Torbo og Gro Strømme og andre som bidrar med artikler.

I Årboka for 2021 hadde vi en artikkel som beskrev utviklingen av skolen på Høybråten, og i 2022 prydet bilde av Høybråten skole 17. mai i det de passerte Slottet forside.

I 2022 utgaven hadde årboka en artikkel om Barndom på Stovner under krigen, Østmarka-minner gjennom flere generasjoner, Om vannforsyningen og veinettet

på Høybråten, Høybråten Sangforening hundre år, Juletefester på Høybråten bedehus gjennom over åtti år, Høybråtens aller første skole.

Så som dere forstår har Groruddalens Historielags Årbok interessante artikler fra vårt nærområde.

Jeg kan også nevne at historielaget har en fotosamling med snart 7000 bilder fra Groruddalen som kan sees på vår hjemmeside, fotoarkivet er søkbart på veinavn. En annen viktig oppgave for oss i historielaget er å holde vårt Steinhogger-museum åpent siste søndag i måneden. Museet har bestått i ti år og ligger i Grorudveien 3, og er absolutt verd et besøk.

HF



På bildet er bidragsyterne til årboka 2023.

Er det noe du synes vi bør skrive om i Vel-Nytt?

Ta kontakt med Dag O. Jensen
på tlf. 98203332 eller send en mail til dagoskar@icloud.com

Nybyggerne på Høybråten



En vandring i Høybråten tidlige historie Ved Rolf Edvard Torbo Lokalhistoriker

Det er slutten på en lang, snørrik vinter på Høybråten. Vi svinger inn en gammel port i Fredheimveien 19. Det er med en pen dose respekt og nostalgi jeg besøker eiendommen etter Axel Olsen, en av de minst kjente, men svært sentrale nybyggere fra starten av Høybråten moderne historie. Til høyre for inngangen ligger fortsatt det gamle, karakteristiske uthuset med flotte snekkerdetaljer. Det står vel for tur til å vike for mer utbygging...

«Fagertun 1911» Gårdsnr. 107, bnr. 33 Fredheimveien 19A

På lista over de 55 som stiftet Høybråten nybyggerforening i 1905 er Aksel Olsen oppført som nr. 25. I 1905 finner vi Aksel Christian (f. 1873) sammen med sin fru Marie Josefine (f. 1878) med adresse i Jens Bjelkesgt 15 i Kristiania. De satte først opp en solid hytte som de bygde ut med både påbygg og tilbygg i 1911 da de flyttet permanent opp til Høybråten.

De første årene er Aksel oppført i manntallet som «bødker» (tønne-maker), siden omtales han som snekker. Fagertun fremstår også idag som et vakkert hus med mye snekkerglede både ute og inne.

Vi har neppe full oversikt over Aksel og Maries familie, men manntallene for Høybråten avdekker etter hvert i alle fall to barn: Asbjørn (f. 1898) som var laborant og Ragnar (f. 1903), chaffør. Sammen med Ragnars kone, Eli Marie (f. 1904) bodde de alle i Fagertun i 1936.

Sporene etter Aksel Olsen er store i Høybråten-historien. På kryss og tvers gjennom nybyggerhistorien støter vi stadig

på Aksel Olsen. Han var et flittig brukt styremedlem i Høybråten Nybyggerforening. I forbindelse med utbruddet av 1. verdenskrig ble det opprettet et innkjøpslag i regi av nybyggerforeningen. Gjennom hele krigen var denne i funksjon og skaffet mange livsnødvendige varer til lokalbefolkningen: mel og førstoffer, men også kjøttvarer (sau fra Island) og fremfor alt ved fra Losby Bruk. Mange av foreningens fremste menn bidro i dette arbeidet, blant disse også Aksel Olsen.

Nybyggerforeningen var fra starten en arbeiderpolitisk forening uten å være medlem av noe politisk parti. I 1909 tok tre mann initiativ til å melde foreningen inn i Arbeiderpartiet. Det var daværende formann Aksel Brun, Karl Andersen og Aksel Olsen. Forslaget falt med 18 stemmer mot 17 stemmer. Etter dette ble det dannet en egen kretsforening for Arbeiderpartiet på Høybråten. Leder ble Karl Andersen, sekretær Håkon Arnesen, kasserer Aksel Olsen med Albert Hansen og Johan Eriksen som styremedlemmer.

Aksel Olsen kom til å spille en sentral rolle i reisingen av «Folkvang». Han var med i den første byggekomiteen fra 8. februar 1920. Komiteen arbeidet effektivt. Komiteen lot utarbeide tegninger, satt opp et budsjett, sørget for kjøp av tømmer hos gårdbruker Tuhus og tok opp et byggelån – og så la de ned arbeidet!

Den såkalte «store byggekomite» ble umiddelbart etablert også da med Aksel Olsen med på laget – og resten er historie. Vi feiret 100-års jubileum for Folkvang i fjor høst!

Ved 30-års jubileet for nybyggerforeningen i 1935 samlet man de gjenlevende

pionerene på et bilde: Her troner Aksel Olsen sammen med sine gode venner Karl Andersen, Albert Hansen, Johan Eriksen, Theodor Hansen og Chr. B Gran, alle gode nybyggernavn som det stråler av i Høybråtenhistorien!

Årene går og i november 1983 kjøper Bjørn og Wenche Braaten Fagertun. De flytter inn 1. april 1984 og kan derfor feire 40 år i Fagertun om et snaut år!

De forteller at huset fikk et nytt tilbygg i 1937. Da fikk huset en egen inngang til 2. etasje: Aksel og Maries barn hadde fått familier og trengte mer plass.

Bjørn og Wenche kjøpte «Fagertun» av byggmester Holter som også bygde to nye hus på eiendommen. Den 4. tomte, med det gamle uthuset, var allerede solgt til Lorang Jensen ca. 1978. Nybyggertomtene var store i gamle dager!

Dagens oppsittere i Fagertun har slått seg til ro på Høybråten og blitt et solid tilskudd til lokalmiljøet.

«Guldvang 1905»

G.nr. 107, bnr. 24 Sportstien 2

Nybyggerpalten får ofte karakter av å avdekke de mange usynlige familierelasjoner i Høybråten-miljøet. Slik blir det også i vårt siste besøk i vårens Vel-Nytt. Vi svinger inn i Bekkevollveien 15A og treffer Jan Henrik Haga med fru Anne-Marie. Resultatet ble en solid snipp av Høybråtenhistorien som startet med at Gustav

Henrik Haga, i 1905, fikk kjøpt en romslig parsell av Tschudis nyervervede eiendom Øvre Høybråten gård, som vi idag kjenner som Myhregården.

Gustav Henrik fikk skjøte på eiendommen 3. desember 1906. I dag er det 4 eneboliger og en pen del av Høybråten stadion som i årenes løp er skilt ut fra Guldvang. Det gjelder bl.a. tomte til klubbhuset og tre «nye» hus i tillegg til det påbygde gamle Guldvang.

På Guldvang-tomta finner vi i dag huset til Jan Henrik og Anne-Marie, huset etter Turid Thorendal og det nyeste: huset til Bjørn Edvard og Susan Torbo. På denne siste tomte lå eiendommens gamle hytte. I denne bodde de velkjente søstrene Marie og Sigrid Langset som hele Høybråten husker som de blide medarbeiderne på postkontoret og som svært idealistisk drev barneforeningen «Den lille hjelper» på bedehuset i en årrekke.

Besteforeldrene til Jan Henrik, Gustav



Henrik (f. 1856) og hustru Anna (f. 1874) var spesielt glade for at det på denne tomte sto en solid tømret låve. Gustav Henrik var nemlig vognmann og trengte god plass til sine hester.

Sønnen til Gustav Henrik Haga var Gustav Haga (f. 1912). Han er den som førte tradisjonene videre i Guldvang. Han giftet seg med Ingrid Jansen (f. 1915) og overtok Guldvang i 1946. Familiene Jansen og Haga er å finne over hele Høybråten! Gustav og Ingrid ble profilerte og aktive deltakere i lokalsamfunnet. Gustav tok en fire-årig snekkerutdanning på Elvebakken og ble snekker på Havnslageret i Oslo. Senere tok han utdanning som kranfører på samme sted.

Vi som har vokst opp med «Folkvang» kino, husker godt Gustav Haga som en av de mange frivillige som drev kinoen i «alle» år. Han var å finne som billettør og kontrollør før han ble inspirert til et nytt steg på karrierestigen: Han tok utdanning som kinomaskinist på Elvebakken videregående skole og ble kinomaskinist på Folkvang!

Blant personalet på Folkvang var det tett mellom Gustavs slektninger: Blant andre Harald Hansen som var gift med Martha, søster til Ingrid Haga og Otto Thorendal som var gift med Synnøve, halvsøster til Gustav. Otto satt i luka og solgte billetter. Gustav og Ingrid bodde først i hytta hos Ingrids foreldre på eiendommen Ankerheim i Idrettsveien (omtalt i Vel-nytt høsten 2015). Her ble deres to barn Kari (f. 1939)

og Jan Henrik (f. 1945) født. Ingrid fikk en svært lang karriere som kioskdame for Narvesen. Det startet med kiosken på Gro-rud stasjon. Her delte hun jobben med en annen Høybråten-dame: Mira Bjørnstad. For Ingrid gikk veien videre til kiosken på Høybråten stasjon og deretter til Youngs-torget hvor både Einar Gerhardsen og Håkon Lie ble faste kunder og gode venner av denne kioskdama med gode smil og enestående service. De fikk begge ferdigpakke bunker med de daglige nyhetene!

Bertrand Narvesen tok vare på sine medarbeidere og Ingrid fikk oppleve denne omsorgen også lenge etter at hun ble pensjonist.

Kari ble lærer og gift med en Høybråten-gutt: Per Reidar Andersen som var en svært profilert flyger og en sentral tillitsvalgt i flygermiljøet. Det kunne hende at han en gang i blant svingte innom Høybråten og viftet litt med vingene og slapp ned en liten hilsen . . .

De er begge borte nå og etter dem finnes deres sønn Gaute, som ble født i 1972.

Jan Henrik og Anne-Marie er godt kjent for mange på Høybråten. Anne-Marie startet opp en frisørsalong i underetasjen i deres hjem i Bekkevollveien 15A.

Deretter gikk turen rett over gjerdet til klubbhuset til HSIL. Det ble mange gode år som idrettslagets hyggelige ansikt utad. Jan Henrik på sin side tok utdanning som purser og ble kabinsjef hos SAS i nærme-re 40 år. I tillegg hadde han flygerutdan-

ning fra Kjeller i Lillestrøm: ikke dårlig å ha en kabinsjef som ved behov kunne overta for flygeren!

Han startet imidlertid som hjelpegutt for Folkvang kino. Som 15-åring fikk han den betrodde jobben med å hente ukas kinofilmer som kom med tog til Høybråten stasjon.

Jan Henrik stilte med sykkel og tilhenger og fraktet filmene til Folkvang. På veien passerte han kinosjefen, Helge Kreutz, som bodde i «Nordstjernen» i Stjernebakken i Linjeveien.

Han har gjennom et langt liv gitt sine gode bidrag til frivilligheten i lokalsamfunnet.

Han har bl.a. vært en frontfigur i Birkebeinerordenen og sitter fortsatt i ledelsen av frivillighetssentralen som holder hus på Høybråten stasjon. I tillegg har han vært aktiv i Lions Club, Høybråten. Han har hatt sin periode som president i klubben og vært en ivrig deltaker i driften av skoleha-gen i flere perioder.

Jan Henrik er en av mange med solide røtter til nybyggersamfunnet på Høybråten!

Hf





HØYBRÅTEN
Systue

OMSØM
REPARASJONER
BUNADER
KJOLER
BRUDEKJOLER
INTERIØR






Skredder Bernardeta Najdusch-Schøyen

Kontakt meg på tlf: 402 16 249

Høybråtenveien 57, 1086 Oslo

www.hoybratensystue.no

Åpningstider: Man, tirs. og tors. 12-18, ons. 9-15, fre.9-14.

Høybråten Systue vil hjelpe deg med bunad.

**Vær tidlig ute med bestilling 2023,
da det er begrenset kapasitet.**

Høybråten Sangforening i hundre – høsten 2022



Høybråten Sangforening under jubileumskonserteren i Stovner kirke.

Hundre år er en anselig alder, og snitt-alderen på sangerne er i ferd med å passere 70 år. Men de har fått et par nye unge medlemmer, det gir så absolutt håp for fremtiden.

**Tekst og foto: Frøydis C. Stenerud
Redaksjonskomiteén**

Sangforeningen er høyst levende og oppegående, og gleden ved sangen er like stor som for 100 år siden. Den 7. november var koret med sin dirigent Emir Mujkic, inviteret av Oslo kommune, ved ordfører Marianne Borgen, til en kveld i rådhuset. Det var med spenning og gode forventninger sangerne med familie og venner ankom Oslos storstue.

Man er nesten litt andektig når man skriker opp trappen med de flotte veggmaleriene rundt på alle kanter.

Ordfører Marianne Borgen og korets leder Geir Haugelién sto rett innenfor døren til festsalen og ønsket hver og en velkommen. Med et glass sprudlende champagne fordelte vi oss videre inn i rommet.

Kjempestore gobeliner, som viser deler av byens historie, pryder veggene. Noen

fant sine plasser i sittegruppen langs den ene langveggen, møblert slik det var i de gamle palassene. Ellers var det plass for små grupper rundt de høye bordene som er fordelt i salen.

Høybråten Sangforening fremførte ei vise av Evert Taube: «Så skimrande var aldri havet» til glede for ordfører og gjester.

Vår flotte ordfører holdt en hyggelig tale om samhold, glede ved sang og musikk og viktigheten av det sosiale ved å være med i kor o.l. foreninger. Det gjør så mye for livskvaliteten.

Leder Geir H. hadde også noen ord han ville si til sine medkorister, etter at han hadde takket for invitasjonen til rådhuset. Selvsagt nevnte han stifterne av koret, som hadde sin første samling 6. november 1922. De hadde nok vært stolte av festen her i dag, med heder fra Oslo kommune og ordførers rosende ord.

Jan Levanger, «still going strong», har vært medlem i sangforeningen i 67 år. Det er enestående. Geir H. mente at sangen holdt dem unge av sinn. Han berømmet dirigent Emir for måten han løfter koret til nye høyder, med irttesetting og mye humor. Lekre kanapéer, focaccia og deilige macroner smakte godt. En omvisning rundt i rådhuset var veldig interessant.

Arkitektene bak det flott bygget, Arnstein

Arneberg og Magnus Poulsson, inviterte noen av landets beste kunstnere til å levere utkast til utsmykning.

Så her finner du kunst av Henrik Sørensen, Alf Rolfsen, Alex Revold, Per Krogh og Åge Storstein. Over alt finnes norsk historie på veggene. Man kan kjenne igjen både Fridthjof Nansen, Henrik Wergeland og Bjørnstjerne Bjørnson med mange flere. Vi var bl.a. i kongerommet og i Munchrommet. En flink og morsom guide gjorde kvelden perfekt.

Jubileumskonserteren

Disse sangglade herrene gir seg ikke og hviler slett ikke på laurbærene. Lørdag 12. november holdt Høybråten Sangforening jubileumskoncert i Stovner kirke. De hadde invitert Høybråten Damekor som gjester og medsangere. Det var ikke nei i deres munn, og de stilte opp med sin dirigent Anne Mette Johannessen. Dirigenten i Sangforeningen Emir Mujkic er dirigent også for Strømmen korforening, dermed var også de invitert. Så her skulle det synges av full hals fra mange struper. Siden Koronaen har ødelagt for mange øvingstimer, var alle litt spente på denne store konserten. Men da bl.a. «Can't help falling in love» og «Tir n'a noir» etterfulgt av «Sanctus» og «På jorden et sted» var ingen i tvil om at dette ville gå veldig bra. Applausen fylte kirkerommet.

Høybråten Damekor, som bare er 78 år, altså bare ungdommen, startet med «A nightingale sang in Berkely Square» og fortsatte med «Let it be me» og «Når himmelen faller ned» bl.a. Her hoiet damene i salen mens applausen brøt løs.

Da var det tid for Strømmen korforening, et blandakor som er over nitti år. Snart lød «Hallelujah» og «Make You feel my love» med flere sanger ut i kirkerommet. Også med stor applaus fra publikum. Vi fikk oppleve tenoren Stephen Brandt-Hansen syngende solo. Fantastisk sanger. Han er en av sangerne hos Andrew Lloyd Webber. Hatt roller i flere musikalene rundt i verden og holdt konserter i mange år. Vi fikk høre «Den hellige stad» og «O helga natt», en stor opplevelse. Stovner kirke har flott akustikk, det runget i veggene.

Siste del av konserten var igjen Høybråten Sangforening på scenen, det var jo tross alt deres jubileumskoncert. De sang flere sanger før «He ain't heavy – he's my brot-



Ordfører Marianne Borgen lytter til korets leder Geir Haugelién.



Hyggelig ved småbordene.

her» tonet ut i rommet. Da fikk mange en tåre i øyekroken. Må si disse karene fremdeles har publikum i sin hule hånd. Aller sist stilte alle tre korene opp sammen, med solist Stephen og et fellesnummer som gjorde stor suksess. Hundreåringen kan være veldig stolt av sin jubileumskonserter. Applausen fulgte koristene ned fra scenen. Takk for en fin og musikalsk kveld i Stovner kirke. Vi gleder oss til neste konsert. Sangforeningen ønsker flere sangkollegaer fra 16 år og oppover. Det er ingen som må prøvesynge for å bli med. Blir kun tatt en stemmeprobe med dirigenten, for å kunne plasseres i riktig tonegruppe.

HF

Ordfører Marianne Borgen har et godt tak rundt korets eldste og yngste, henholdsvis Stein Øvstegård 85 år, og Simen Haslie Monsey, 21 år.



HØYBRÅTEN DAMEKOR

Stor aktivitet i Damekoret

Ved Liv Sømhovd Circhirillo
Leder Høybråten Damekor

Denne sesongen har Høybråten Damekor mye gøy i vente. Men først vil jeg dvele litt ved arrangementene vi var med på i fjorårets høstsesong. Lysvandringen langs Alnaelven ble en artig kveld der vi sto i ly av regnet i en tunnel ved Grorud stasjon. Vi hadde fire—fem sanger som gikk i «loop» med en gang vi så at tilhørere nærmet seg. Mange stoppet opp på sin vandring, og sangene kunne vi mer og mer utenat for hver runde. Vi fikk undertiden assosiasjoner til to visse fyrer som bodde i en tunnel, og jammen er ikke tunnelen i ettertid blitt utsmykket med motiver av disse.

Etter et effektivt helgeseminar senhøstes var vi mer enn klare for å delta på feiringen av Høybråten Sangforenings 100 årsjubileum. Konserten i Stovner kirke, hvor vi var gjestekor, ble for oss en fin

opplevelse. Vi avsluttet vår del med å hylle jubilaranten med sangen «Du er som sådan en rose», før overrekkelse av gaven som besto av én rose til hver av nabogutta. Koret har vært på besøk på Stovnerskog-hjemmet hvor vi holdt en liten førjulskonserter. Kordamene med dirigent syntes det var så koselig å synge for beboerne og deres pårørende, som så ut som om de likte det de hørte. Under takkeordene fra aktivitet Ingvild ble vi spontant spurt om vi ville komme tilbake for en vårkonsert, og det var selvsagt JA fra oss. Den holdes 7. juni, og vi gleder oss også til å synge på skjermet avdeling denne gang. Derfra går vi i samlet tropp for å kose oss på sommerfest.

Vår årvisse adventskonserter i Stovner kirke ble en suksess med bidrag fra de proffe gjestene Oslo messingkvintett. De hadde en egen avdeling, samt at de akkompagnerte oss vårt og vakkert til noen av våre sanger. Ganske originalt var innslaget med et ordentlig bukkehorn. Marie Heier Pedersen som har vært med oss år om annet, (på sin første adventskonserter med oss spilte hun på xylofon som tiåring), og har med tiden blitt en veldig flink sanger. Hun fremførte blant annet No.4's «Hold meg nå» med høy gåsehudfaktor. Koret vartet opp med både gamle og nye sanger.

Av de nye var «Når himmelen faller ned» og «Julenatt». Publikum virket fornøyd med at «White Christmas» igjen sto på programmet.

Rett over påske rigget kormedlemmene seg til to intense seminardager. De ga et godt grunnlag for aktivitetene som vi har i vente. Innen dette bladet går i trykken har vi hatt konsert på Kortreff med allsang på Grorud samfunnshus. Alltid en hyggelig måte å starte vårsesongen på. Den 4. mai står Normisjon på Høybråten for tur. Der skal vi synge vårens pris. Koret og dirigent Anne Mette Johannessen er veldig glade for å få lov til å fortsette med denne tradisjonen, som kanskje er det hyggeligste vi gjør på vårsemesteret.

2.—4. juni blir nok et høydepunkt. Vi skal delta på Landsfestivalen for kor, og drar «helt» til Fredrikstad. Selv om det ikke er langt unna blir det hyggelig å få løfte vingene etter pandemien, som satte en stopper for korfestival i Trondheim og å synge i Nidarosdomen.

Vi i Høybråten Damekor gir oss ikke riktig enda for sesongen. Uka etter (11. juni) stiller vi med særs godt trente stemmebånd på Roseslottets scene på sommerkorfestivalen. Vi håper på oppholdsvær denne gang!

Koret seiler i medvind på rekrutterings-siden. Såpass at vi etterhvert måtte se oss nødt til å be nye interesserte vente til høsten. Vi fikk et par nye medlemmer etter åpen øvelse i høst. På nyåret, som resultat av vellykket verving fra noen av koristene, fikk vi enda flere sårt tiltrengte nye, og det fortrinnsvis fra den yngre garde. Dette lover godt for fremtiden.

Å synge i kor er gøy! Hvis du som leser dette, liker å synge, og har lyst til å bli med i Høybråten Damekor fra høsten, er du hjertelig velkommen til å komme på en øvelse på Vardeheim for å se og høre hva vi driver med. Onsdager kl. 19.00–21.30.

HF



Høybråten Damekor i Stovner kirke i forbindelse med Høybråten Sangforenings 100-årsjubileum. (Foto: Frøydis Cederkvist Stenerud.)

Nye koster i Høybråtens unike jazzmiljø

Tekst og foto: Frøydis C. Stenerud
Redaksjonskomitéen

Jazz på Vardeheim er godt kjent i Grorudalen og langt utover dens grenser. I snart 18 år har Jan G. Haanæs vært leder i klubben og hans kone Anne-Lise har vært med å trekke i mange tråder. Det er ikke få oppgaver og problemer hun har ordnet opp i som Jan kunne krysse av når de var utført. De har vært et supert team. Konserten i mars var den siste Jan sto ansvarlig for. Da overleverte han både klubba og mikrofonen til dem som skal drive videre (se artikkelen under). I november holdt Majken Christiansen kvintett en formidabel konsert med kropp og sjel. Vokalisten stråler av sangglede, og det smitter jo over på både band og publikum. Hun flørtet seg gjennom «The American songbook», med jazzlåter som vi alle kjenner, og sjarmerte oss med «Julekveldevisa» av Alf Prøysen. At Majken blir kalt et fyrverkeri, er ikke så rart. Hun sparer ikke på kruttet. Hun er varm og

sensuell og samtidig jordnær og trivelig. En flott artist, som kommer til sin rett sammen med gutta i bandet. Takk for en flott novemberkveld.

Årets første konsert i januar 2023 var ingen ringere enn Felix Peikli kvartett. Også i 2022 satte de standarden for årets konserter videre. Og lista ble også nå lagt høyt. De gikk raskt ut med «After You've Gone», det svingte fra første strofe. Her var det bare å hengi seg til musikken. Disse gutta bergtok salen. Med alle soloene fra bassist, trommis, pianist og Felix på klarinetten, ble vi stumme av beundring. Vi trodde nesten Benny Goodman var kommet til Vardeheim. Noen av visene gikk i et forrykende tempo, hvordan pianisten traff de riktige tangentene må være et mirakel. Instrumentene snakket sammen i tette, nære samtaler, så gåsehuden krøp opp fra ankene til hårrota. Det var helt fantastisk. Dette lover godt for årets konserter i 2023.

Felix avsluttet med å berømme klubbens publikum og «Jazz på Vardeheim»



som en helt unik opplevelse. Han uttrykte videre stor respekt og beundring for at det i et lokalmiljø har vært mulig å bygge opp en jazzklubb av så høy kvalitet.

Vi håper at alle som leser dette, forstår hvilken mulighet de har til å høre fantastisk god jazz ved å komme på disse kveldene på «Jazz på Vardeheim».

Hjertelig velkommen, det er godt med parkering.

Flere musikere har opp gjennom årene sagt at Høybråten har en av Norges beste jazzklubber. Sees på Vardeheim, da?

Neste klubbkvelder er satt opp til:

- 16. juni Asker Swing Department (Med grillmat)
 - 22. september Jazz Society Quintet
 - 20. oktober Ikke bestemt
 - 17. november Ikke bestemt
 - 15. desember The Christmas Session
- Forbehold om endringer i programmet.



Novemberkonserten med Majken Christiansen kvintett.



Årets første konsert i januar 2023 med Felix Peikli kvartett.

Litt historie og frem til i dag

Opprinnelsen til jazzklubben er fra begynnelsen av 70-tallet. Eilif Holen hadde inviterert musikervenner hjem for å hygge seg og jamme litt. De møttes mange ganger, og etter ti års tid nevnte noen at de kanskje kunne leie Vardeheim.

Som sagt, så gjort.

Roar Hartung som da hadde bandet Jazzmania, ledet klubben og spilte fast hver gang. De inviterte også andre musikere til å være med å spille med dem.

Etter Roar drev Jan Berger klubben et års tid, før han flyttet til Paris.

Eilif overtok da som klubbvert, noe han var i tretten år. Kjell Eriksen og Eilif gikk rundt med flygeblader i postkassene.

Det var koselige kvelder og mye god jazz.

I mai 2005 trakk Eilif seg tilbake og klubben ble lagt «på vent». Alle jazzinteresserte som vanket på Vardeheim sa at den måtte ikke legges ned. Men å ville drive den, var det ikke like mye gehør for.

Kjell Eriksen kjente jo Jan og Anne-Lise og ville gjerne de skulle gå inn for dette. Kjell sa at Terje Kleven ville være med som kunstnerisk leder. Han hadde jobbet som cruisemanager i mange år og kjente musikermiljøet. Jan kjente ikke jazzmusikere, ikke spilte han noe instrument, men elsket jazz. Han var dreven innen organisasjonsarbeid. Kjell mente dette var en topp match. Og slik ble Jan Haanæs leder av klubben «Jazz på Vardeheim». Om ikke Anne-Lise gikk inn i en offisiell lederrolle, var hun like engasjert og involvert, helt sentral for gjenoppstarting og videre drift. Mye tid ble nå brukt til å bygge opp klubben et skritt videre, til en medlemsklubb, fra 2006.

Ikke så lett å få folk til å skjønne at det

måtte dugnadsarbeid til hvis dette skulle være faste kvelder. Litt tilfeldig var det en stund med rigg- og ryddehjelp. Nevnes bør Øyvind og Helga Skaane som har vært trofaste hjelpere gjennom mange år, både med arbeid før og etter konsertene og ikke minst med Helgas kakebaking til kaffepausen. Også Odd Rogne vil Jan trekke frem, en samarbeidsvillig mann med absolutt gehør. Han spiller flygelhorn og har vært en super lydmann helt fra 2006. For å få en slik klubb til å gå rundt er man helt avhengig av velvillige hjelpere.

Det er et alt for stort prosjekt å klare for noen få. De første årene var det fast bemanning både «i døra» og i baren, men da disse personene ga seg, oppsto situasjonen hvor bemanningen måtte løses til hver konsert.

Anne-Lise utarbeidet lister over hvem som kunne «sitte i døra» og «stå i baren». Skar det seg i siste liten, var det ringerunder for å få tak i noen.

Kjell Erik L'Abbe-Lund tok ansvaret for rigging og rydding. Han har hatt noen faste medarbeidere som bytter på. De setter også ut bord og stoler, duker, lys osv. – Kveldene kan være lange, sier Jan. Med start i 17-tiden og ferdig for kvelden en times tid etter konsertens slutt. Det går fort over midnatt.

Baren skal være fylt med vin og mineralvann, mat bestilt på Solglimt til alle som har sendt inn bestilling, og kaffe, fløte, servietter, lys osv. skal alltid være på plass. Da er det fint å være et radarpar, en som i tillegg til en selv har oversikt over alt som trengs.

Det har vært fantastisk mye god musikk på Vardeheim gjennom disse sytten og et halvt årene. Big Chiefs Jazzband hadde sin siste konsert på Vardeheim høsten 2007. Bassisten døde halvannen måned senere og lederen Eivind Solberg tidlig året etter. Det er rart å tenke på i ettertid.

Jan nevner også at han hadde sett en ung klarinettist på TV i 2007. Han kontaktet Georg Reiss og spurte om han kunne få invitere denne unge mannen til å spille med dem på Vardeheim. Det viste seg at Felix Peikli var elev hos Georg, og han

fikk derfor sin debut på Vardeheim i april 2008. Siden har han vært her flere ganger, men har også spilt over hele verden.

Som motsetning har de et skikkelig dårlig minne fra den gang Jan hadde hyret «Ytre Suløen Jazzband». Da han som alltid tok kontakt uken før jazzkvelden, sa de bare at de hadde tatt et annet oppdrag, så de kom ikke. Da føler man seg sviktet. De har aldri blitt spurt igjen. Heldigvis er det velvilje i musikermiljøet, så det gikk i orden med «et skrik». Også musikere blir syke, og det har vært gjennomført konserter hvor ikke bandet har vært fulltallige, og som en hyllest til en som har gått bort.

Konsertene er jo planlagt flere måneder i forveien, så mye kan skje. Musikerne er veldig begeistret for spillejobber på Vardeheim. – Her er det godt å være, sier de alle. Erling Wicklund sa en gang: – Dette er en perle, la det forbli det. 24. mars var siste konsert med Jan H. som leder av klubben. Han fikk blomster og diplom som viste at han var utnevnt som æresmedlem av «Jazz på Vardeheim», noe som er veldig vel fortjent.

Nå er vi mange som venter på at hans uuvderlige makker og hjelper i alle disse

årene også får sitt høyst fortjente æresmedlemskap om ikke så lenge.

Georg Reiss kvartett var en superflott avskjedskonsert for Jan og Anne-Lise, helt etter deres ønske. Nå skal de heretter komme som gjester til konsertene, bare kose seg, nyte musikken og slappe av. Ansvaret er nå på det nye styrets hender. Det blir sikkert deilig.

På tross av mye jobb sa Jan at han hadde gledet seg til hver eneste konsert i disse snart 18 årene. Det har krevd mye, men gitt enda mer tilbake.

Vi i Vel-Nytt benytter også anledningen til å gratulere begge på etterskudd, med 80-årsdagene i februar og mars.

Det nye styret er nå, fra mars 2023 satt sammen av:

Pål Engebretsen, leder, ny.

Jens Ivar Kuhn, nestleder, ny.

Styremedlem Odd Rogne, gjenvalgt.

Styremedlem Kjell Erik L'Abbe-Lund, gjenvalgt.

Styremedlem Øyvind Skaane, gjenvalgt.

Styremedlem Trond Leberg, ny.

Vel-Nytt ønsker lykke til med videre drift.

Frøydis C. S.

hf



Jan og Anne-Lise har sammen jobbet for jazzklubben i snart 18 år. Her fra Jans 80-årsdag i mars.



Kjell Erik L'Abbe-Lund overrekker Jan blomster og diplom, med utnevning som æresmedlem i «Jazz på Vardeheim».

HUSK PARKKVOLDEN tirsdag 6. juni kl. 18.30



- **3 korps spiller**
- **Skolekoret**
- **Dameturnere fra HSIL**
- **Cornelia Helgør synger**
- **Videre program ikke fastsatt ennå**

Salg av kaffe, mineralvann, pølser, kaker, hamburgere.

Møt opp og ha en hyggelig kveld sammen med andre Høybråtenbeboere.

Arr.: Høybråten Velforening

Dameturnforeningen står virkelig på!

HDTF byttet ut Runi Erlandsen og Anne Brennhovd ved årsmøtet i mars 2023, etter damenes eget ønske. De to har sittet i styret en årrekke, og følte nå at tiden var inne for «nye koster». Greit med yngre krefter som er fulle av idéer og pågangsmot. Siv Holen var nestleder i 2017, og i 2019 overtok hun som leder i en forening hun virkelig brenner for. Det er mange gode trenere og hjelpetrenere som er med på å gi foreningen fortsatt suksess. I desember gjennomførte de den årvisse juleparaden. Den 9. januar fylte foreningen 100 år. Det ble feiret i rådhuset på selve bursdagen og 10. januar var det fest for store og små i gymsalen på skolen. Mye stolthet og glede følger med en flott 100-åring.

Tekst og foto: Frøydis C. Stenerud
Redaksjonskomitéen

Juleparaden

I desember 2022 var det 50 år siden HDTF arrangerte sin første juleparade. Hundrevis av barn og foreldre har vært på disse paradene. To generasjoner med stolte foreldre som har fulgt sine håpefulle små turnere fra ca. fire til tretten år, fått se alt de har lært og hva de kan mestre. Etter at trener Oda Halvorsrud Holen hadde ønsket velkommen, var det tid for innmarsj. Rødkledde smånisser kom først og fikk

vise hva de kunne. De er fra 4 til 6 år. Med store smil og roser i kinnene var det hopp og sprett og dans i ring. Litt større barn fra neste parti fulgte på, 1. til 3. klasse. Tydelig at det er gøy å turne, og mestringsfølelsen gir godt selvbilde. Tredje parti er de største. I denne aldersgruppen, 4. klasse t.o.m. ungdomsskolen, har mange gått på turningen i flere år. Noen har virkelig funnet sin «greie». De spretter som en ball over kassa og bortover «tjukkasen». Alltid med en trener som følger med, at det går bra med alle.

HDTF har en fin regel: Her konkurrerer vi ikke med hverandre, bare med oss selv. Her får alle den hjelpen de vil ha, og alle

har like stor verdi. Musikk er viktig, så det inngår også dans i treningene som de viser på paraden. De balanserer på bom og spretter på trampetten, turner sammen i små grupper, løfter hverandre, slår flikkflakk og stifen. Veldig flinke. Det er moro å se gleden som vises i ansiktene til alle ungene. De fleste av hjelpetrenere har gått på turningen fra de begynte som småbarn. Fra starten av ungdomsskolen kan de være med å hjelpe til.

Siv H. har mye ansvar og mange å holde styr på i en så stor forening. – Men det går bra, når jeg har så mange dyktige med meg i styret, sier hun. Med gode ord og blomster takket hun alle som står på for foreningen. På inngangsbilletten ble det trukket en flott fruktkurv som festkomitéen hadde laget. Siden det var desember, måtte ungene selvsagt rope på julenissen. Og det ble ropt så det klirret i vinduene. To spretne nisser delte ut poser til alle barna som Oda hadde fått til å sitte musende stille.

En svært vellykket juleparade, nr. 50, var gjennomført. Vi gleder oss til de neste.

100-årsfeiring i Rådhuset

En spennende kveld ventet over femti damer fra Høybråten Dameturnforening. Den 9. januar var en våt og mørk dag og ettermiddag. Mange med bunader sjonglerte seg fram på de glatte, dårlig måkte veiene. Bussen ventet i Høybråtenveien, ved tannlegekontoret, og det var en lettelse da man kunne sette seg i bussen. Mange damer på buss betyr prat og latter hele veien til sentrum.



Og såååå kom nissene, også under juleparaden.



Smånisser er også glade i å turne. På bommen ser vi Ingrid Amalie Tornes Nicolaysen.



I Rådhuset: Ordfører Marianne Borgen, Wenche Ekeland, Berit Bakke, (90 år og foreningens eldste), Runi Erlandsen, Anne Brennhovd og nåværende leder Siv Holen.



Damene koser seg med kanapèer i festsalen.

Snart var vi framme ved rådhuset. Det sto vakt ved døren, men alle slapp vel inn. Det er fantastisk å komme inn i det flotte bygget. Etter å ha levert yttertøyet i garderoben gikk vi opp den praktfulle marmortrappen med de fargerike veggmaleriene på alle kanter. Inne i festsalen ble vi ønsket velkommen av turnforeningens leder Siv Holen og Oslos ordfører Marianne Borgen. I festsalen henger gamle, flotte gobeliner, hvor Oslos historie kan «leses» i veven. Alle bunadene kom virkelig til sin rett i disse omgivelsene. Med et glass sprudlende champagne fant alle sine plasser, enten i salongen langs veggen eller ved småbordene rundt om.

Vår sjarmerende ordfører, som selv kaller seg groruddalsjente, hadde mange gode ord på hjertet til alle damene. – Gratulerer så mye med dagen, sa hun. – Tenk hva disse modige kvinnene fikk til for 100 år siden.

Å sette i gang noe slikt, som egentlig var forbeholdt menn, krevde mot og innsats. Mange lo av det hele, og mente at dette varte nok ikke lenge. Men den som ler sist, ler best. Her står en sprek gjeng 100 år etter, og foreningen lever i beste velgående. Ikke minst berømmet hun det viktige sosiale aspektet ved slike foreninger.

– I rådhuset blir Nobels fredspris delt ut, dette gjelder også personer som bryr seg om mennesker og samfunnet, sa ordføreren. Hun ønsket lykke til med foreningens planer fremover. Nevnte også hvor hyggelig det var at så mange hadde pyntet seg i bunader.

Fra talerstolen ville leder Siv Holen gjerne berømme sine flinke styremedarbeidere og alle som hjelper til år etter år. Hun takket ordfører Marianne Borgen og Oslo kommune for invitasjonen til 100-årsdagen. Hun har stor respekt for de femten kvinnelige forgjengerne sine, og snakket litt om foreningens historie. For 100 år siden var det allerede en idrettsforening på Høybråten, men den var bare for gutter. Ingen trodde at idrett kunne være noe for jenter, så damene fikk avslag på søknaden sin. Men de ga seg ikke, og rekrutterte damer i nærmiljøet.

Den 9. januar 1923 møttes 47 venninner og familiemedlemmer på Høybråten skole. Derved var HDTF stiftet. Foreningens første formann var Gulla, kona til en av forgrunnsfigurene i idrettsforeningen for gutta. Som vi vet, gikk det veldig bra for disse damene og foreningen viste seg liv laga.

Men en mann som hadde trua på da-

meturnforeningen, vil Siv nevne. Det var lærer Andreas Andresen. Han ble trener og var veldig viktig de første ti årene. Maskoten til HDTF er en liten hund, «Ajas», oppkalt etter lærer Andresen. I dag er det 80 barn og 62 voksne medlemmer i foreningen.

Hun avsluttet med at hun ville fortsette å bevare den gode ånden og tonen som har vært styrken i HDTF i alle år. En jubileumsskatt, vel verdt å ta vare på. To guider var kommet til og viste oss rundt i mange vakre og spennende rom i rådhuset. En riktig fornøyd dameturnforening dro tilbake til Høybråten.

Noen feiret litt videre ut over kvelden, og en 100-åring er jo vel verdt en skikkelig markering. En minnerik kveld.

Fest og feiring i gymsalen

Dagen etter feiring i rådhuset var HDTF klar for fortsatt feiring av 100-åringen, denne gang i gymsalen. Nå var det åpent for alle medlemmer i alle aldre. De minste på 4 år og de eldste over 80. Men gleden ved å bevege seg har de alle.

Rundt 40 treningskledd barn og endel voksne var klare for dans og turn, aerobic og yoga. Her skulle det bli fest. Mange foreldre og søsken hadde også kommet for å feire Høybråten Dameturnforenings 100-års-bursdag. Oda H. Holen syntes det var hyggelig at det var kommet så mange. Hun fortalte litt fra feiringen i rådhuset og at ordføreren hadde holdt tale for foreningen.

Oda har selv begynt å turne som barn, og ble hjelpetrener og nå er hun trener. Hun er nå med som styremedlem. Veldig engasjert i alt foreningen gjør for barna, alle tilbudene de gir, med fokus på breddeidrett. Alt drives kun på frivillighet, og det skal være plass for alle, uansett ferdigheter. Turnerne skulle nå vise hva de holdt på med på treningsdagene. Musikken satte i gang. Alle ble oppfordret til å være med. Litt oppvarming og ei treningsøkt med Linda Tenold gjorde turnerne varme i trøya, klare for noen kunster i turnapparatene. Noen spratt over «kassa» som en ball, andre hoppet opp på den og tok det videre derfra. På «tjukkasen» var det rulle og flikk flakk og noen slo hjul. Ungdomstrenerne Frida H. Frøysa og Sofie Vogt så til at alt gikk greit for seg. Veldig mange av de voksne fikk lyst til å bevege seg til den fengende musikken. Linda T. er trener og

proff i aerobic, ingen tvil om at hun kunne sine saker. Foreldre og søsken ble ivrig med i dansen, armene svingte i takt med hofter og bein. Alle hadde det gøy.

Da Siv startet med yogaen, var det mange som ville prøve seg på øvelsene, og balansen ble satt på prøve. Det var utfordrene og kjempegøy.

Flere av «damene» i foreningen var med på øvelsene, og det er tydelig at alder er ingen hindring for å ha glede av trening. Smilene var like store hos dem som hos barnepartiene. Noen har vært med i HDTF i over femti år. Det eldste medlemmet er 90 år, «still going strong». Trening gir deg ikke bare et lengre liv, men også et bedre liv. Aldri for sent å melde seg inn, du blir godt mottatt.

Noen begynte nå å lengte etter både drikke og jubileumskake. Ungene lot seg ikke be to ganger, da de begynte å dele opp kaken. Ikke de voksne heller forresten, kakene var både fristende og gode. Det var ikke mange smuler igjen da alle hadde fått det de ville.

En skikkelig 100-årsfest nærmet seg slutten. To smilende veteraner som sto og holdt øye med alt, var veldig fornøyd med to dagers bursdagsfeiring. Som alle andre var de enige om at dette var gøy. Det var Runi Erlandsen og Anne Brennhovd, begge passert de 80. Runi er datter av Edith Nilsen, som kom inn i HDTF veldig tidlig. Både Edith, Runi og Wenche Braathen har mottatt foreningens æresmedalje for 50 års deltakelse. Det er en stor ære å få denne utmerkelsen. HDTF er en forening med gode verdier og omsorg for sine medlemmer. De trener i gymsalen på Høybråten skole.

Tar gjerne imot nye medlemmer.

Her kan du velge det du helst vil : Kondisjon, styrke, aerobic eller yoga.

Tirsdager: Barn
Kl. 16.45–17.30 – 4–6 år (venteliste)
Kl. 17.35–18.30 – 1.–3. klasse (ventelister)
Kl. 18.35–19.30 – 4. klasse til ungdomsskole. Barna må være fylt 4 år.

Tirsdager: Voksne:
Kl. 19.35–20.30 Kondisjon og styrke m/ Oda Holen
Kl. 20.35–21.30 Kondisjon og styrke m/ Linda Ø. Tenold (aerobic)

Torsdager: Voksne:
Kl. 20.00–21.00 Yoga m/ Kari Nysted.



Både de unge (bildet t.v.) og de litt eldre turnerne var helt med på notene under feiringen i gymsalen.

Speider-karnevals-gudstjeneste

Det var ikke bare enkelt å komme seg avgårde til gudstjenesten kl. 11.00 søndag 12. februar. Det lå nemlig en elg i hagen vår, ikke langt fra ytterdøren. Den reiste seg av og til og gikk litt rundt, må si det ikke var så fristende å møte den øye til øye. Verandautgangen ble løsningen, vekk med snø så jeg fikk opp grinda litt og kunne smyge meg rundt hjørnet ut til Bjerkeliveien, som cowboy. Svigerdatter Monica, klovner for anledningen, og speider Elea kom seg ut kjellerinngangen, ned til bilen og hentet meg ved postkassa. Og vi kom bare fem minutter for sent. Elgen var i hagen helt til det ble mørkt. Gudstjenesten var så vidt i gang. Konstituert sokneprest Elise Gillebo Skredsvig, selv utkledd som tryllekunstner, snakket litt om karnevalskostymene til barna. Klovnen og cowboyen kom seg på plass, fikk raskt forklart vår forsinkelse. Det ble litt trim da alle skulle synge «hode, skulder, kne og tå», raskere og raskere. Ble gode og varme. Samlingsbønn og evangelieslesning, speidere var fremme og leste. Matteus 17, 1–9, På Kristi forklarelsesdag skal man synge, danse og holde fest, være glade. Elise G. S. snakket om trylleformler, fortalte at muslimene var de første som brukte «simsalabim», som betyr trylleord. «Hokus pokus» er fra latin og betyr; dette er min kropp. «Filiokus» betyr sønn og

«Abra kadabra», det eldste. Kan bli brukt som erteord mot katolikker. Disse gamle trylleformlene brukes når noe skal forvandles. Nattverden tryller med ord. Jesu kropp og Jesu blod. Prestene kler seg også ut, i pretekjole, kalt alba. Alba kommer fra latin og betyr lang, hvit messeserk. I dåpen blir vi forvandlet, født på ny. Det er mye som forvandles. Frøet i jorda forvandles til vakre blomster, grønnsaker og mye annet. Alle sang: «Bittelite frø». Speiderne kom fram og leste speiderbønn sammen med alle i kirka. Etter Nattverd og takkebønn ble alle bedt på speiderfest i menighetshuset. Her var det deilige kaker, saft, kaffe og te. Ingen problemer med kakespising selv om klokka bare var 12. Passelig lunsj på en karnevalssøndag. Ungene gledet seg aller mest til å slå hull på Pinjataen. Speiderlederne passet på at ingen sto i veien når de skulle slå med stokken. De minste fikk begynne. Etter noen kraftige slag av de større speiderne begynte den å sprekke, og deiset i gulvet så godteriene fór utover. Da var det bare å forsyne seg, og sannelig var det litt til de voksne som også ville ha en godbit. Dette er en morsom tradisjon som samler barn og voksne, og det er fint å få en prat med naboer og andre kjente.



Ikke enkelt å komme seg av gårde når elgen har inntatt hagen.

Speiderforeldre treffer hverandre og kan drøfte litt forskjellig også. Nå er det jo knyttet stor spenning til Jamboréen i Sør-Korea i august. En mulighet man bare har en gang i livet. Jamboré arrangeres bare hvert 4. år. Det bygges en bro mellom alle verdens kulturer, lærerike dager for ungdommer mellom 14 og 17 år. Fem speiderjenter fra Høybråten KFUK-KFUM skal delta. Vi ønsker lykke til og god tur. *Froeydis C. S.*



Lokale til leie i Velhuset (HØYBRÅTEN STASJON)

Ca. 20 kvm tørt kjellerlokale med egen inngang til leie.

Kontakt Villy Kolstad, tlf. 90172147
velhuset@hoybratenvelforening.no



Besøk hos vår gode annonsør Kristiansen & Støkket AS

**Tekst og foto: Arild Rognlien
Redaksjonskomitéen**

Vi har hatt en prat med en av våre mest trofaste annonsører. Kristiansen & Støkket AS har siden 2006 annonsert i Vel-Nytt og vi ville gjerne få litt mer kjennskap til selskapet. Kay Almroth, som har vært vår faste forbindelse, tok imot oss i det flotte forretningslokalet i Strømsveien 229 på Fjellhamar. Her finnes alt som kan tenkes til badetrom.

Han og broren Glenn Almroth driver selskapet sammen som tredje generasjon. Glenn er daglig leder med ansvar for det faglige, og Kay har ansvar for «alt annet». Morfaren Leif Kristiansen, og Åge Støkket, startet bedriften i 1950 fra et mindre

lokale på Fjellhamar. Da var det en ren rørleggerbedrift. I 1971 opprettet de rørleggerbutikk, da fra Fjellhamar torg. Her drev de godt, men ønsket større lokaler og kom i 1988 til Solheimveien 72, «Ra-Gla gården» på Lørenskog. Firmaet ekspanderte og hadde mange rørleggere i arbeid. Butikken ble en fin markedsføringsenhet for rørleggeravdelingen, noe den fortsatt er.

De ønsket å være på Lørenskog med mange kunder fra nærområdene, også Høybråten og Stovner. I 2014 forelå det planer om rivning av «Ra-Gla gården» og da det dukket opp et bra lokale i Strømsveien 229 på Fjellhamar, valgte de å flytte dit. Nå, snart 10 år senere, står det gamle bygget fortsatt.

Kundekretsen kommer stort sett fra nærområdene, men også fra Høybråten og Stovner som før.

De har inngått avtale med Lørenskog kommune for rørleggerarbeid på kommunens bygninger.

Bedriften har i dag fire fast ansatte, men er stadig på jakt etter kvalifiserte rørleggere i et stramt marked. Fjerde generasjon er i dag lærling i firmaet som oldefar startet for 73 år siden.

Stor konkurranse gjør at butikken ikke har så stor omsetning som før, men som nevnt skaper den arbeid til rørleggeravdelingen. Det vil alltid være behov for rørleggere, slik sett ser de lyst på fremtiden. Men butikken, i den form vi ser den i dag, er heller noe usikker.

Vi takker for annonsene gjennom mange år og ønsker Kristiansen & Støkket AS et langt liv.

Arild



Forretningslokalet til Kristiansen & Støkket AS i Strømsveien 229 på Fjellhamar.



Brødrene Kay og Glen Almroth driver selskapet. Glen er daglig leder med ansvar for det faglige. Kay har ansvaret for «alt annet».

Takk til våre annonsører

Vi takker både nye annonsører og dere som har brukt vårt blad til profilering gjennom mange år.

Vi håper annonsen gir mer salg, og vi takker for støtten.

Høybråten Velforening

DÅP - KONFIRMASJON - BRYLLUP - EN VANLIG FEST ELLER ET MØTE

Velhuset i Linjebakken kan leies til fest eller møter

Utleiepriser Salen

Fredag - lørdag - søndag kr 4000,- Inkludert rengjøring
Depositum kr. 2000,-

Leie dagen før til dekking og pynting kr 900,-

Mandag - torsdag kr 2000,- inkl. vask

Tillegg for rengjøring ved bruk av kjøkken og servise kr 1000,-

Møterom 1. etg

Mandag - søndag kr 600,-.

Reduksjon for medlemmer: Salen kr 250,- og møterom kr 50,-

Leie i forbindelse med høytidsdager må avtales spesielt.

Utleietider

Mandag - torsdag senest kl. 23.00

Fredag - lørdag senest kl. 01.30

Søndag senest kl. 24.00

Ansvarlig leietaker må være fylt 25 år.

**Det er gratis parkering på anviste plasser
etter kl. 17 på hverdager, og i helgene.**



Kontakt Trude Erlandsen Rønning, tlf: 977 99 531, kl. 16.00 og 21.00 • truders@gmail.com

Høybråtenprisen til Líf Laga



Åsmund Gylder mottok Høybråtenprisen for sitt arbeid med Líf Laga. Her står han flankert av president i Lions, Tom Jenner og Christian Lund til venstre, og Jan Erik Øvald til høyre.

Líf Laga fikk Høybråtenprisen fra Høybråten Lions for 2022. – Det var mange gode kandidater, men Líf Laga pekte seg klart ut, sier Christian Lund i Høybråten Lions.



Ved Kaare Martin Granerud
Oslo Lions Høybråten

På julemøtet i Høybråten Lions 1. desember kom det to hedersgjester – Líf Laga-initiativtager Åsmund Gylder og hans kone Kristi Kirkeby-Garstad. Gylder ble tildelt Høybråtenprisen for 2022 på grunn av sitt imponerende frivillige arbeid med Líf Laga siden oppstarten i 2016.

Lions-klubbens begrunnelse var at Líf Laga setter ungdommen i Bydel Stovner i fokus og har skapt muligheter for ungdommer til å lære ansvar, mestring og læring i natur og nærmiljø.

Det mest synlige resultatet av jobben Gylder og Líf Laga har gjort, er den velsma-

kende eplesaften laget av epler fra hager blant annet på Høybråten.

Flaskene er også usedvanlig flotte der etiketten er laget i samarbeid med kjente kunstnere. Under Høybråten Lions' kunstutstilling i november, inngikk Líf Laga samarbeid med årets utstillere, Frank Brunner, om neste års etiketter. Brunner var meget imponert over arbeidet som ble gjort, og takket umiddelbart ja da han ble spurt om å være med.

I tillegg har Líf Laga tatt ansvar for planting og vedlikehold av 100 epletrær i nærområdet. I tillegg har de laget sitt eget produksjonsanlegg med pressing og produksjon av eplemost i deres mobile, fullskala eplepresse med det poetiske navnet Yggdrasil, verdenstreet i norrønn mytologi. En ask, med grener som rekker ut over hele verden og opp over himmelen. Det har vært særdeles gode måneder for Líf Laga. I tillegg til Høybråtenprisen, har organisasjonen mottatt Oslo kommunes frivillighetspris i oktober, og 6. desember ble Hasnain Asghar vinner av Den nasjonale frivillighetsprisen, og ble stemt frem av hele Norge som vinner. Kulturminister Anette Trettebergstuen delte ut prisen.

Vinnere av Høybråten-prisen

1997 Odd Storsveen
1998 Høybråten og Stovner idrettslag
1999 Astrid Andersen
2000 Høybråten skoles musikkorps
2001 Jan Gunnar Braathen
2002 Høybråten Sanitetsforening
2003 Eli og Stein Lyberg
2004 Hallvard Bech
2005 Thore Palving
2006 Odd Harald Gram
og Arne Willy Hansen
2007 Villy Kolstad
2008 Herbrand Brennhovd
2009 Rolf Torbo
2010 Leif Sommer
2011 Eilif Holen
2012 Ronny Steen-Olsen
2013 Høybråten Dameturn Forening
2014 Frøydis Cederquist
2015 Ragner Torgersen
2016 Dag Oskar Jensen
2017 Anne Stene
2018 Jan G. Haanæs
2019 Høybråten basketballklubb
2020 Pris ikke utdelt pga av korona
2021 Natteravnene på Høybråten
2022 Líf Laga

– Prisvinneren er en ambassadør for frivillig innsats. Et forbilde og en motivator i sitt nærmiljø, står det i juryens begrunnelse for Asghar.

I sommer hadde over 50 ungdommer sommerjobb i Líf Laga. Femten av dem blir «trevoktere» og er med på å plante i alt 295 epletrær i løpet av tre til seks uker.

– Nå er jeg virkelig rørt, dette betyr veldig mye, sa Gylder da han fikk overrakt prisen og sjekken på 15.000 kroner.

– Det at Høybråten Lions har sett betydningen av dette, sett hvilken viktig innsats ungdommene gjør, det er det aller største med denne prisen.

Líf Laga har flere ganger fått med seg Oslo-ordfører Marianne Borgen og kronprinsesse Mette-Marit på epleplukking. De har i løpet av sine seks år fått et enormt kontaktnett blant bedrifter og myndighetsorganisasjoner.

Det var en velfortjent vinner av årets Høybråtenpris, og Høybråten Lions gratulerer Åsmund Gylder og hele Líf Laga.

HF

50-årsjubileum og skolebok

8. februar hadde Høybråten Lions stort jubileum på Østmarksetra og i jubileumsgave ga Lions kr. 50.000 til Høybråten skoles 100-års jubileumsbok.

– Vi hadde en flott 50-årsjubileumsfeiring for medlemmene og bedre halvdel. Vi er en meget vital og oppegående Lions-klubb og har vært heldig å få inn nye medlemmer som er svært gode tilskudd til klubben, sier president i Høybråten Lions, Tom Jenner. I jubileumsåret hadde klubben 40 medlemmer, noe som er det antallet har

ligget de senere årene. Også i 2022 ga Lions' kunstutstilling et godt økonomisk utbytte, og en god slump av overskuddet ble gitt til Høybråten skoles jubileumsbok.

– Vi fikk en hyggelig mail fra redaksjonen i jubileumsboken med spørsmål om å finansiere utgivelsen med 50.000 kroner. Skolen fylte 100 år i fjor, og våre medlemmer syntes dette var et veldig godt formål for en gave fra Lions i anledning vårt jubileum, så det fikk enstemmig tilslutning, sier Jenner.

HF



Høybråtens store skidag

Tekst og foto: Frøydis C. Stenerud
Redaksjonskomitéen
Kollasj: Stein Lyberg,
Lions Oslo Høybråten

I femten–tjue år har «Løvene» i Høybråten Lions arrangert barneskirenn ved kirka. Og det strømmet på med barn og foreldre. De yngste jeg vet som har vært med, har vært under to år og de eldste ca. tretten. Flott arrangement.

Som for alt annet i Koronatiden, måtte de avlyse rennet både i 2021 og 2022. Med noen snøfattige vintre før det, kunne man jo lure på om skirenn fremdeles ville være liv laga? At det var noen færre barn med første gang de er i gang igjen, synes arrangøren ikke er så rart. De regner med at det tar seg opp igjen.

I år ville de prøve å gå opp «gamle spor» og gjøre det akkurat slik det hadde vært før. Noen hadde nok holdt en hånd over denne lørdagen i år, da det ble strålende sol, passe kulde og masse snø.

Det kom ca. 100 barn som ville prøve løypene. Veldig bra. Registrert med navn og nummer på brystet ventet de ved start, noen med erfaring fra tidligere renn, andre med noen sommerfugler i magen, for aller første gang. Joda, sommerfuglene kan man få i magen, selv om det er vinter.

Noen langet ut og sto uredde ned bakkene, litt knall og fall i snøen ble det for andre. Så lenge man ikke slår seg skikkelig, er det bare å komme seg inn i sporet igjen. De aller minste ble holdt i armen, og foreldrene får seg en trimtur rundt den korteste løypa. Men om man er vant til ski på bena eller ikke, her i dette barneskirenn, er alle vinnere. Det som teller er gleden ved å være ute, mestre skigåingen på sitt nivå og ikke minst bli heiet på og klappet for av sine nære og av andre. Noen tårer må man regne med, men det var aller mest store smil å se. Ungene frydet seg, og dagen



Stolte brødre Matteus 6 og Filip 4 med etternavn Blystad, med de flotte medaljene.



var jo bare knallfin. Etter at barna hadde passert målstreken fikk de diplom og en skikkelig medalje rundt halsen. Akkurat slik de kan se våre store skiløpere får på TV. Kanskje er det en kommende langrennsløper vi har sett i løypa denne dagen? Deretter var det tid for pølser og varm saft. Pølse i lompe smaker vel aldri så godt som ute en vinterdag, og særlig når en har gjort en god jobb først.

At løvene år etter år jobber og fikser alt til dette arrangementet, som er gratis for deltagerne, det er helt supert. Det er ikke mye som er gratis i dagens samfunn. Hurra for løvene. Per-Kristian Petersen var som før speaker for rennet. Han navngir hver og en i det han

sender dem avgårde, her blir alle sett. Og er det noen som blir for slitne og bryter løpet, så er det også helt ok. Pølse i lompe smaker like godt.

Takk nok en gang til Høybråten Lions for et flott tiltak. Det ligger mye glede og gode minner i løypene ved kirka. Og pølseduft følger oss langt oppover veien. Småfuglene synger i hekken. Kan det være en eim av vår vi kjenner også mon tro? Den virker ikke så langt unna på en solrik dag som denne.

hf

Gutta i pølsebua har mye å gjøre. Fv. Tore Grue, Lars Ottersen og Geir Johansen.



Vil ha enda flere småbarnsfamilier ut på tur

Aldri før har interessen for fisketurer vært høyere blant småbarnsfamilier på Høybråten – Barnas isfiskedag i februar hadde rekord-deltakelse. Nå håper HJFF på rekorddeltakelse på Barnas fiskedag i Østmarka den 10. juni.

Ved Carl Fredrik Bøe, sekretær i HJFF

Høybråten jeger- og fiskerforening (HJFF) har i en årrekke arrangert Barnas isfiskedag – en mulighet for småbarnsfamilier til å ha en fin vinteropplevelse i naturen, samtidig som både store og små kan få kjent på spenningen når det napper. For fire år siden ble arrangementet flyttet fra Skålsjøen i Østmarka til Trollvann, og siden har deltakelsen økt betydelig.

Rekordhøy interesse for isfiske

Ved årets arrangement var det over 110 deltakere. – Dette er ny rekord. Vi er veldig glade for at så mange barnefamilier fra Høybråten fikk oppleve en så fin dag. Faktisk har interessen for isfiske aldri vært høyere, sier Marius Eide. Marius er styremedlem i HJFF. Siden han selv har barn på Høybråten skole, er han også en av drivkreftene i foreningens arbeid for å skape et godt tilbud til småbarnsfamilier som vil være medlemmer av foreningen. – Det er utrolig gøy å se så stor fiskelykke, både i form av at barna fikk mye fisk, og at det så ut som om de hadde det veldig gøy, sier Marius. Han forteller at i tillegg til å låne ut nødvendig fiskeutstyr, serverte HJFF også varme pølser gratis til alle som ønsket det.

Flere ser muligheter kortreiste opplevelser

Marius tror det er flere årsaker til at interessen for fiske og natur er økende på Høybråten.

– Jeg tror årene med korona-restriksjoner åpnet øynene for de mulighetene som ligger i turer i skog og mark. Økt bruk av sosiale medier er også en årsak – mange av dem som deltok på årets isfiskedag, hadde lest om dette på Facebook. For noen har det dessverre vært en godt bevart hemmelighet at det er en egen forening for jakt- og fiskeinteresserte på Høybråten. Gjennom sosiale medier når vi derfor stadig nye målgrupper – og det er bra, sier Marius.

Han trekker i tillegg frem et godt samarbeide med både barnehager og barneskole – for å nå ut med informasjon om de gratis arrangementene som foreningen gjennomfører.

Enklere for småbarnsfamilier

– Vi er opptatt av at det skal være enkelt for småbarnsfamilier på Høybråten å være med på våre turer – det kreves verken spesielt utstyr eller noen ekspertkompetanse, sier han, og legger til at foreningen etter hvert har fått mye erfaring med å tilrettelegge for best mulige naturopplevelser for de yngste.

HJFF har i mange år jobbet spesielt for å få flere barn – og småbarnsfamilier ut på tur. Et eget utvalg i foreningen jobber bare med dette. Foreningen har to åpne arrangementer, hvor man ikke trenger å være medlem – i tillegg har foreningen flere turer for medlemmene.

– Vårt neste åpne arrangement er Barnas fiskedag, som i år blir den 10. juni. Da går turen til Skålsjøen, hvor vi låner ut fiskeutstyr, griller pølser og serverer saft og vann fra egen pumpe. Blir det litt nedbør, så vet vi at fisken biter enda bedre – og da står hytta vår åpen for de som ønsker litt tak over hodet, forteller Marius.

Flere turmuligheter

HJFF byr på enda flere spennende opplevelser for store og små. Foreningen gjennomfører en rekke turer som i første rekke er rettet mot medlemmene; ruse-

FAKTA OM HJFF

Etablert i 1945

- Eier egen hytte i Østmarka, som alle medlemmer kan leie.
- Tilbyr hagleskyting på egen bane hver fredag i sommerhalvåret.
- Møteplass for jakt- og fiskeinteresserte på Høybråten.
- Eget utvalg som arrangerer turer for småbarnsfamilier.
- Tilsluttet Norges jeger- og fiskerforbund.

fiske, fiskeutsett, kanotur, krepsefiske og flere guidede fisketurer i nærområdene til Høybråten.

– Vi har alle selv hatt mange fine fisketurer som barn. Nå ønsker vi at den oppvoksede generasjon skal få de samme mulighetene til å glede seg over naturen. For mange kan bare det å være på tur være nok. Har man med fiskeutstyr, så blir det en ekstra spenning – og har man fiskelykke, så får man i tillegg med seg litt økologisk mat hjem, sier Marius.

– Mange som har hatt et aktivt friluftsliv, har opplevd at denne interessen må legges på is mens barna er små. Vi ønsker at disse skal ha mulighet til å inkludere barna i sin interesse. Vi er samtidig også på jakt etter de som har overskudd til å delta litt mer aktivt i foreningens arbeid for barn og unge, understreker Marius.



Distriktsmesterskapet – årets høydepunkt

For korpset, Lars-Erik Kjellesvig
Styreleder Høybråten skoles musikkorps

11. mars var det igjen duket for et av høydepunktene i korpsåret, nemlig distriktsmesterskap i regi av Norges musikkorpsforbund.

På distriktsmesterskapet møtes korps fra hele regionen/distriktet og spiller og konkurrerer mot hverandre. Hovedkorpset spiller i divisjoner og mottar poeng og rangering i tillegg til skriftlige dommerkommentarer, og skulle spille i Storstua på Lørenskog Hus. Juniorkorpset rangeres ikke, men får likevel dommerkommentarer og har mulighet til å få priser i ulike kategorier, og skulle spille på Kjenn samfunnshus.

Før mesterskapet ble det mye øving, og korpset hadde blant annet et korpsseminar bestående av en helg full av korpsøvelser rett i forkant av mesterskapet. Det er utrolig hvor mye inspirasjon et slikt mesterskap kan gi! Det var nok noen førsteårsjuniorer som var ekstra spent i og med at dette var deres første distriktsmesterskap. Hovedkorpset strekker seg fra 6.-klassinger til 3.-klassinger på videregående skole, så det er et relativt stort spenn både i alder og i korps erfaring. Mange musikanter hadde derfor vært med på flere distriktsmesterskap tidligere, men for de yngste var dette første gang de spilte med hovedkorpset og skulle få rangering og plassering.

Hovedkorpset var først ut og møtte opp i de flotte lokalene i Lørenskog Hus. Med Lørenskog Hus har Lørenskog kommune skaffet seg øvingslokaler og fasiliteter for korps og andre musikanter som etter min mening er enda mer imponerende enn de moderne og fine kinosalene bygget også rommer. Et levende kulturhus i ordets rette betydning som flere av oss nok kan misunne dem. Vel fremme ble det et gledelig gjensyn med en gammel kjenning for mange av oss i form av Erik Bakkeland, forhenværende mangeårig styreleder i Høybråten skoles musikkorps som tok i mot oss og registrerte oss inn.

Korpset hadde 15 minutter hver til rådighet. Hovedkorpset under stadig ledelse av dirigent Espen Magnussen spilte først

den storslåtte og vakre «How to train your dragon» fra animasjonsfilmen med samme navn. Deretter avsluttet de med «Highlights from Chess» av Bjørn Ulveus og Benny Andersson, hvor høydepunktene kom som perler på en snor. Hovedkorpset hadde toppet formen inn mot mesterskapet og leverte imponerende både enkeltprestasjoner og ikke minst samspill som korps. Jeg er sikker på at jeg var i godt selskap som stolt korps pappa som fikk være med på denne flotte fremføringen. Kl. 19 på kvelden og siste korps ut på Kjenn samfunnshus var juniorkorpset til Høybråten skoles musikkorps anført av dirigent Jakob Florea Nøstvik. Juniorkorpset spilte tre stykker, Heroes and glory, Irsk fantasi og Ascension. Juniorkorpset hadde i likhet med hovedkorpset jobbet hardt i forkant av mesterskapet. De leverte virkelig varene, og spilte trolig det beste de noen gang hadde gjort med denne besetningen. Det var også den synlig stolte dirigenten Jakob enig i, som i etterkant fortalte musikanter at det var det beste han hadde hørt av noe juniorkorps han hadde jobbet med. Salen var fylt av korpsforeldre som jeg er sikker på at i likhet med undertegnede kjente på en viss stolthet over sine respektive poder. Som en av dem som har hatt gleden av å høre korpset ukentlig på samspilløvelsene på skolen, og på seminar, kan jeg si at det er litt ekstra morsomt å høre hvilken rivende utvikling korpset har hatt den siste tiden. Og at alt arbeidet musikanter og dirigenter (og engasjerte korpsforeldre) har lagt ned gir resultater. På kvelden var det premieutdelinger og offentliggjøring av resultatene. Hovedkorpset kom på en finfin 6. plass i sin divisjon, og fikk i tillegg 2. ærespris for sin flotte fremføring. En av dommerne uttalte begeistret i sin dommerkommentar at «Dette er et korps som det er en fornøyelse å både se og høre! FLOTT!». Både musikanter, dirigent, korpsforeldre og korpsledelse var veldig fornøyde med både innsats og resultat, og den fine plasseringen og skrytet fra dommerne var selvfølgelig veldig inspirerende.

Så var det tid for juniorkorpset som også fikk veldig mye skryt og gode dommerkommentarer. Juniorkorpset fikk prisen for

«Klangfullt og godt samspilt korps», som var den prisen dirigent Jakob på forhånd hadde sagt at han ønsket seg aller mest. Det er ikke alle korps som deltar i mesterskap, og det er delte meninger om det å konkurrere i musikkssammenheng. Jeg mener imidlertid det er klart at et slikt mesterskap kan være en stor inspirasjon både for musikanter og dirigenter, ja for hele korpset. Det jeg nå en måned senere sitter igjen med og hvis jeg skal fremheve en ting, så er det den gleden jeg så musikanter uttrykte både verbalt og i ansiktsuttrykk og kroppsspråk, både etter gjennomført spilling og da de mottok plassering og dommerkommentarer. Gleden over å få til noe så bra sammen som en gjeng. For en lagånd! Det er fint å få en slik påminnelse om hvorfor vi som foreldre holder på med dette på fritiden, enten det er å engasjere seg i korpsets styre, som korpsledere, som sekretær, som kasserer, som instrumentforvalter, korpsassistenter på samspilløvelsene, som loppemarkedssjef, som uniformskomite, som velferdskomite, som valgkomite, som kalenderansvarlige, som revisor og i andre verv, på loppemarkeder, på kalendersalg, som medarrangører av 17. mai, på korpsturer, osv. Det er jo akkurat derfor vi gjør dette, for at barna og ungdommene våre i korpset sammen skal kunne få oppleve denne gleden av å lykkes med dette felles prosjektet, gjennom flott og velklingende samspill og å skape vakre musikkøyeblikk, som både hovedkorpset og juniorkorpset gjorde på årets distriktsmesterskap.

HF



Sunniva Friis og Torlak Grande Kårstad mottok ærespris og dommerkommentarer på vegne av Hovedkorpset.



Juniorkorpset og dirigent Jakob Florea Nøstvik i fint driv på Kjenn samfunnshus.



Stor glede blant musikanter fra Juniorkorpset da de fikk prisen for «Klangfullt og godt samspilt korps».

ÅRSMØTE I HØYBRÅTEN VELFORENING

Nye koster i Velforeningen

**Onsdag 15. mars 2023
møttes 19 medlemmer til
årsmøte i Velhuset ved
Høybråten stasjon.**

Tekst og foto: Frøydis C. Stenerud

På Velforeningens hjemmeside hadde alle kunnet lese gjennom dokumentene på forhånd. Papirene var også kopiert opp, så alle kunne få et eks. til å notere på under møtet. Leder Villy Kolstad ønsket alle velkommen og innkallingen ble godkjent. Det ble valgt møteleder og nok en gang tok Jan Haanæs på seg den jobben. Til å underskrive protokollen meldte Harald Hoff og Frøydis C. Stenerud seg. Dagsorden ble godkjent før årsberetningen ble gjennomgått. Pr. 31.12. 2022 hadde vi 392 husstandsmedlemmer. Innmeldte i 2022 var 11 og utmeldte i 2022 var 28. En del av sistnevnte skyldes flytting og noen dødsfall.

Styrets arbeid

Det er i perioden avholdt ti styremøter og ett samarbeidsmøte med valgkomiteen. Styret har også deltatt på møte med Bydel Stovner. Det er behandlet ca. 20 saker på styremøtene i 2022.

De viktigste sakene i 2022

Rusken 4. mai.
Parkkveld 14. juni.
Julegrantenning 27. november.
Utgitt to utgaver av Vel-Nytt i mai og oktober.
Frivilligsentralen avholdt årsmøte 19.

mai 2022.

Juletreffesten i januar 2022 ble avlyst p.g.a. Korona.

Årsrapportene fra alle komiteene ble gjennomgått. Aktiviteten i Velforeningen er stor.

Både årsberetning, regnskap og budsjett ble godkjent, etter en liten korrigering i budsjettet.

Det ble lagt inn en kommentar om at HSILs store telt under arrangement i Høybråten park må flyttes noe, da det skygger for scenen for dem som står oppi bakken. Dette ble notert. Trykke-utgiftene til Vel-Nytt har steget mye p.g.a. prisstigning på papir og trykkfarger. Det har blitt innhentet nye priser, og med dette klarer bladet seg bra utgiftsmessig i forhold til inntekten fra annonser. Det er mange gode kommentarer å få ute blant folk om Vel-Nytt.

På spørsmål om hvordan vi kan få folk til å bli værende i parken til underholdningen er over, ble det foreslått å ha en hovedgevinst i loddosalget, som ikke trekkes før helt til slutt. Dette syntes som et godt forslag og ble notert for videre diskusjon.

Fra arrangementskomiteen ble det nevnt at de trenger gevinster til både parkkvelden og juletreffesten. Fint om alle har det i bakhodet gjennom året. Alt mottas med takk.

Å hyre kjente artister til parkkvelden er kostbart, dette vil bli diskutert videre.

Valgene

Glenn Mørk fra valgkomiteen fikk ordet: Han fortalte at leder gjennom mange år nå gir seg, foreslått ny leder er Lars Ottersen. Enstemmig valgt ved

akklamasjon, for ett år.

Også sekretær Anne Jenner går ut av styret, forslått ny sekretær er Yvonne Grønhaug. Enstemmig valgt ved akklamasjon for ett år.

Nestleder Didrik Enersen trekker seg også nå, og Villy Kolstad har sagt seg villig til å gå inn i hans sted. Enstemmig valgt ved akklamasjon, for to år. Regnskapsfører Harald Henriksen har valgt å overgi plassen sin til Nils Fossum, også enstemmig valgt ved akklamasjon, for to år.

Villy Kolstad takket Jan G. Haanæs for ledelse av møtet. – Som alltid full oversikt og orden, som han sa. Blomster ble overrakt.

Villy benyttet sjansen til å takke for en fantastisk tid med godt samarbeid med alle komitemedlemmene. – Uten deres entusiasme og arbeidsvilje hadde vi ikke hatt denne fine foreningen, sa han. – Mange foreninger sliter for å fylle opp styret og verv, men i Høybråten Velforening tar folk ansvar.

Vel-Nytt er kjent langt utenfor Høybråten og er foreningens ansikt utad.

Nå er det tid for nye og noe yngre krefter, det mente Villy er bra.

Foreningen har hatt flere bautaer, som har gjort en fantastisk jobb i mange år. Både Villy og Harald, Anne og Didrik har tatt mer enn sin del.

En stor takk til alle fra resten av medlemmene.

Anne takket også for seg, med Villy som staut «kaptein» hadde hun hatt fine år på «skuta». Nå skal hun være web-ansvarlig for foreningen.

Det vanket blomster på Villy, Anne og Didrik, så vel fortjent. Harald Henriksen kunne ikke være tilstede.

Møtet gikk mot slutten, men det ble tid til kaffe og kringle som avslutning på en god kveld. Vel blåst.



19 medlemmer var til stede på Velforeningens årsmøte 15. mars.
(Foto: Vel-Nytt.)



Det nye styret i 2023: F.v. Nestleder Villy Kolstad, sekretær Yvonne Grønhaug, styremedlem Dag O. Jensen, leder Lars Ottersen, regnskapsfører Nils Fossum og styremedlem Trude Erlandsen Rønning. Styremedlem Harald Henriksen var ikke til stede da bildet ble tatt.



Ved Arild Rognlien
Redaksjonskomiteén

Bilen han aldri vil selge?

Denne gangen har vi truffet Marius Fjeld som elsker biler, men kanskje spesielt sin egen Volvo 240.

Mitt navn er Marius Fjeld, og jeg er oppvokst på Høybråten. Familien har bare hatt et lite avbrekk på noen år da vi bodde i Nittedal, før vi flyttet tilbake til Høybråten og kjøpte oss hus. Jeg har alltid vært glad i biler og kjøpte min første bil som 18-åring. Det var en Volvo 240 fra 1983 som jeg hadde i noen år, før det ble behov for stasjonsvogn. Valget falt på en Ford Mondeo. Etter det har det også blitt noen andre biler, men ingen flere Volvoer. For noen år siden fikk jeg lyst til å kjøpe en sommerbil. Og igjen tenkte jeg på Volvo

240, gjerne en rød, for det synes jeg er den aller fineste. Det ble en periode med leting på *Finn.no* etter den riktige bilen. Etter hvert også på den svenske *Blocket.se* som noen tipset meg om. Det var her jeg fant bilen i 2019, en rød Volvo 240, 1990-mo-
dell som kun hadde gått 105 000 km. Det er relativt lite til å være en så gammel bil. Det viste seg også at bilen, når den ikke hadde vært i bruk, hadde stått parkert det meste av tiden i en garasje slik at både lakken og bilen ellers var i veldig fin stand, både utvendig og innvendig.

Måtte til Sverige

Bilen befant seg i Växjö, et godt stykke nede i Sverige, men dette var bilen jeg hadde ventet på. Prisen var riktig, fargen var riktig, den var rød og hadde godt med utstyr. Bilen hadde både elektriske vinduer og speil, automatgirskasse, cruisekontroll og faktisk også bensinvarmer som jeg muligens ikke tror har vært i bruk, for den skal ha vært lite kjørt vinterstid. Bilen hadde vært eid av en eldre mann på 80 år, som hadde hatt den siden den var ny. Han hadde gått bort, og bilen ble solgt videre av et bilfirma i Växjö. Jeg måtte ta tog fra Oslo og tilbrakte en natt på et hotell før jeg dagen etter tok bussen til butikken for å se på og prøvekjøre bilen. Jeg var spent og nervøs på samme tid.

Da jeg endelig fikk se bilen, visste jeg at dette var den rette. Etter en vellykket

prøvetur var det ingen tvil om at jeg skulle kjøpe den. Jeg var glad for endelig å ha funnet min drømmebil. Det ble 50 fantastiske mil hjemover.

Ble veteranbil

Bilen var ikke en veteranbil da jeg kjøpte den, men den ble en veteran da den ble 30 år gammel i 2023. Om sommeren står den hjemme i garasjen på Høybråten, mens den om vinteren står i en leid, varm og tørr garasje på Stovner. På den måten kan jeg bruke garasjen hjemme til mine andre biler. Volvoen er nok en bil jeg kommer til å beholde i mange år fremover, kanskje aldri selge. Kona sier at da kommer jeg til å angre. Det er også biler som bare øker i verdi, og det er biler som også tåler å bli gamle uten at man skal være redd for at elektronikken skal ta knekken på bilen. Det kan skje med mange av dagens nyere biler som har utallige sensorer og ikke minst dyre batterier, som før eller siden slutter å fungere. Volvoen kommer nok til å overleve både Teslaen og Opelen min.

Fikk drømmegarasjen

For et par år siden fikk jeg drømmegarasjen, og det har medført at lysten til å drive med bil bare har blitt enda større. Volvoen er flittig i bruk av meg, men også av sønnen som har en eldre BMW. Den blir også stelt med og får litt utskiftning av deler innimellom. Der får også bilene til kona og datteren litt pleie av oss gutta.

Åf



Thore Palving 90 år

Mannen som har fått høybråtenfolk opp av godstolen siden 60-tallet, fylte 90 spreke år i januar. Fortsatt trener han HSILs «Mosjon herrer» som han var med å starte for over 50 år siden. Hver onsdag viser og veileder han 15–20 godt voksne gutter og er den sprekeste selv. Starten på idrettskarrieren var i 1945, da meldte han seg inn i Høybråten og Stov-

ner idrettslag og det var turn som fenget mest. Han var med som aktiv, snart som hjelpetrener og etter hvert trener. I 1979 startet han H-joggen. En joggegruppe under HSIL som holdt på i mange år, og som på det meste hadde nærmere 180 medlemmer.

Løping har vært Thores lidenskap og han har deltatt i stafetter og andre løpskonkurranser.

På Høybråten er han blitt satt pris på ved at han i 2005 fikk Høybråtenprisen og samme år mottok æresmedlemskap i idrettslaget. Thore er og har vært en inspirator for mange i utallige år. Han er en likandes kar som aldri har et vondt ord å si om noen. Vi ønsker ham mange spreke år.

Arild Rognlien.
Åf

Thore Palving. (Foto fra HSILs hjemmeside.)

Folkvang feiret 100-årsjubileum

Rundt førti personer var samlet på Folkvang lørdag 3. desember 2022. Tradisjonen tro var det julebord for Arbeider-samfunnet, men denne gang sto Folkvangs 100 år i fokus.

**Tekst og foto: Frøydis C. Stenerud
Redaksjonskomitéen**

På kjøkkenet var det litt oppskjørtet stemning, for potetene lot vente på seg. Med så store kjeler tar det sin tid før potetene blir ferdige. Det historiske foredraget Rolf E. Torbo skulle holde, ble fremskyndet litt, så potetene kunne få koke litt til. Men han fikk streng beskjed om at han måtte stoppe etter ett kvarter, for da skulle middagen serveres. Han skulle fortsette på historien etter maten.

Han klarte det, han var jo også sulten.

Maten smakte nydelig.

Rolf lot oss deretter få høre og se hvordan bygningen så ut fra starten, om alt

dugnads-arbeidet fra nybyggerne og alt Folkvang ble brukt til. Hvordan de startet med kino, med minst to pauser, for rullene måtte tres. Han fortalte om kinokøene til barneforestillingene da man helst ikke skulle stå langs rekkverket i trappa, for da ble du nesten klemt flat.

Folkvang har Rolf skrevet om i Vel-Nytt tidligere, og i desember 2022 var det en lang artikkel i Akers avis fra foredraget denne festkvelden.

For alle togentusiaster og akevitttilhengere, var jernbanen satt opp. Toget sneglet seg over alle bordene med minibegre fylt med akevitt som last. Det blir ikke store drammen pr. gang, men det er heller ikke meningen. Dette er en morsom tradisjon. Eier av togbanen er Rolf som elsker tog i alle varianter.

Det hender vogna sporer av, og det suksess i salen når innholdet i begrene suges opp av duken. Jon Inge Sogn er togfører på andre året og styrer alt på beste vis.

Det selges årer, alle navngitt med gårdsnavn til de eldste tomtene her på Høybråten. Det er stas å kjøpe seg tomter. Noen

vil absolutt ha navnet der de bor, mens andre gjerne tar nabotomta. For hver tomt lykkehjulet stopper på, ser Rolf sitt snitt til en liten historie om huset, hvem som har bodd der og bor der i dag. Han er uuttømmelig.

Sjefen Bjørn E. Torbo styrer kveldens gjøren og laden og sier at – Nå skal vi synge. Og det synges kjente viser av full hals så det runger i Folkvangs gamle vegger. Bjørn har noen kloke ord å meddele sine medlemmer, at det bl.a. må gripes fatt i den økende fattigdommen i landet vårt. Og det kan vi vel alle være enige i.

Etter deilig mat, speket, røkt og raket, potetsalat og eggerøre med mye godt tilbehør, skulle en tro alle var forsynte. Men da kakene kom på bordet, var det jamen plass til litt til. Og ikke nok med det, ingen fest på Folkvang uten pølser litt lenger ut på kvelden. Rolf mener at nattpølser må alle ha for å orke å gå hjem i vinternatta. En siste runde med toget og akevittvogna står som en slags avslutningsrunde for julebordet og 100-årsfeiringen. Mye prat og latter har holdt liv i kvelden. Folket koste seg skikkelig.

Vi takker ledelse og alle som bidro, både med borddekking, kjøkkentjeneste, historie og alt som skulle til for en vellykket kveld. Og uten feststemte gjester hadde det heller ikke blitt så bra som det ble.

HF



Kjell og Nanna var på plass.



Lykkehjulet med tomtenevner er tradisjon på Folkvang.



Far Rolf og sønn Bjørn samarbeider om det meste på Folkvang.





SELGE BOLIG?

Om du er ute etter å selge din bolig eller kjøpe ny, er du hjertelig velkommen til oss for Premium rådgivning.



Camilla T. Schrøder
99 35 61 00
csc@eie.no



Ali Hashmi
98 44 78 66
ali@eie.no



Sandra Nilssen
99 38 10 66
sin@eie.no



Daria Z. Dymarska
46 36 40 86
dzd@eie.no

EIE Stovner | Stovner Senter 3 | 22 30 18 00 | stovner@eie.no

EIE eiendomsmegling

**Vi leverer også
fingermat/canape!
RING for mer info.**

Mat Expressen a/s



**Fri levering i Oslo og Akershus
Bedriftsavtale**

RING: 930 32 722

Snitter 1:

Røket laks med eggerøre,
reker m/majones, brie,
roastbiff m/remulade,
karbonade m/løk. **kr. 140,-**

Snitter 2:

Kalkunbryst m/waldorfsalat,
spekeskinke m/egg,
røkelaks m/eggerøre
reker m/majones,
roastbiff m/remulade. **kr. 160,-**

Rundstykker:

Kokt skinke **kr. 30,-**
Egg og tomat **kr. 30,-**
Norvegia **kr. 30,-**
Salami **kr. 30,-**
Reker **kr. 35,-**
Roastbiff **kr. 35,-**
Laks m/eggerøre **kr. 35,-**

Lunchtallerken:

Røkelaks og eggerøre,
kokt skinke, karbonade
m/løk, roastbiff og ost
som camebert. **kr. 145,-**

Tapasbord:

Tortilla
Kjøttboller m/chilli/tomatsaus
Oksekjøtt m/paprika og løk
Stekte tapaspølser med båtpotet
Kyllingklubber
Scampi
Serranoskinke m/melon
Manchego ost m/pepperballs
Lakserull
Aioli/pesto
Fuccatia, brød og smør **a kr. 330,-**

Gryteretter:

Husets lammegryte **kr. 170,-**
Biff Stroganoff **kr. 170,-**
Viltgryte **kr. 170,-**
Kylling i karri **kr. 150,-**
Biff lapskaus m/flatbrød **kr. 110,-**

Gryterettene leveres med ris eller poteter:

Brød, smør **kr. 20,-**
Salat **kr. 25,-**

**Kaker, wienerbrød etc.
på bestilling.**

Koldtbord 1:

Roastbiff m/remulade og løk, kokt
skinke m/waldorfsalat, karbonade
m/løk, røkelaks og eggerøre,
rekecabaret og rekesalat. **kr. 270,-**

Koldtbord 2:

Helkokt ørret m/dressing, røkelaks
og eggerøre, kylling m/waldorfsalat,
roastbiff m/remulade og løk,
rekesalat, karbonader m/løk. **kr. 300,-**

Koldtbord 3:

Helsteckt oksefilet m/sjampinjong og
asparges, helkokt ørret m/dressing,
fenalår og eggerøre, spekeskinke
m/potetsalat, kalkun m/waldorfsalat
gravlaks m/sennepssaus, fem sorter
ost og to sorter sild. **kr. 380,-**

Alle koldtbord er inkl. brød og smør.

Forretter:

Rekecocktail **kr. 75,-**
Skalldyrcocktail **kr. 90,-**
Honningmelon m/spekeskinke **kr. 75,-**
Toast m/gravlaks **kr. 75,-**

Hovedretter 2 x servering:

Skinkestek m/surkål **kr. 220,-**
Oksestek **kr. 240,-**
Lammestek **kr. 260,-**
Reinsdyrstek **kr. 280,-**
Roastbiff **kr. 250,-**
Kalvestek **kr. 275,-**
Reinsdyrsmedaljong **kr. 390,-**
Oksefilet **kr. 390,-**

Poteter: kokte, bakte eller gratinerte

Grønnsaker: fritt valg av tre sorter

Desserter:

Hjemmelaget karamellpudding,
frisk fruktsalat, multer m/krem. **kr. 60,-**

Spekematbord:

Fem sorter spekemat, eggerøre,
potetsalat, rømme, flatbrød,
brød og smør. **kr. 220,-**

Vi komponerer Deres egen meny.

Ring for informasjon

Besøk oss på: **matexpressen.com**

Vedlikeholdsarbeidet pågår videre



Søndre Høybråten gård april 2023.

(Foto: Vel-Nytt.)

Ved Margrete Apelseth
Prosjektleder vedlikehold, Oslobygg

I Høybråtenveien 15 går vedlikeholdsarbeidet videre, og under presenningen arbeides det med å få ferdig huset til sommeren.

Huset blir tilbakeført til slik det har sett ut tidligere, vinduer blir plassert slik de var plassert tidligere og vi bruker panelbord som er kopier av det gamle panelet. Når bygningsarbeidene er ferdig, skal presenningen av. Da skal huset males med linolje-maling. Linolje-maling ble brukt på de fleste hus som ble oppført før 1940, fremfor alt våningshus.

I tillegg til at vi gjør utvendig vedlikehold har Oslobygg KF, som er huseier, fått tilskudd fra Tilgjengelighetsprosjektet for tilrettelegging utvendig og innvendig. Tilgjengelighetsprosjektet gir etter søknad tilskudd til tilrettelegging av eksisterende kommunale bygg og uteområder i henhold til prinsipper om universell utforming. Tilgjengelighetsprosjektet er en tilskuddsordning som skal bidra til at Oslo kommunes eksisterende bygg og uteområder blir gjort tilgjengelige og brukbare for alle.

Nå arbeider landskapsarkitekt med planlegging av uteområdet og arkitekt planlegger innvendig. Blant annet blir det handicap-toalett i førsteetasjen. Innvendig arbeid vil starte etter at det utvendige arbeidet er ferdig.

41



**Utleiemaskiner
til anlegg,
bygg og hage**

LeiMAX a/s

Oslo: Tlf. 22 90 51 51 – Mob. 907 97 530 – 900 26 790

E-mail: leimax@online.no – www.leimax.no

Trondheim: Tlf. 73 91 13 90

Vi vasker for DEG!

Ønsker du mere fritid?

Vi utfører:

Privat daglig renhold
Storrensjøring/Hovedvask
Flyttevask med overtagelsesgaranti
Renhold av trappeoppganger
Renhold for bedrifter/kontorer
Byggvask
Tepperens/Møbelrens
Vask av vinduer
Renhold etter fest
Rengjøring før jul
Boning/Skuring av gulv
Ozon-behandling mot lukt



Vi tilbyr konkurransedyktige priser

Kontakt oss for uforpliktende befaring og pristilbud

Anitas Rengjøringservice AS

Tlf 97538780

Tlf 94169611

e-post anitasrengjoring@vikenfiber.no

Comfort

Din lokale rørlegger med butikk

Lyskrysset Strømsveien/Vittenbergveien,
gamle hovedveien fra Lørenskog til Strømmen

Comfort Lørenskog - Kristiansen & Støkket AS
Strømsveien 229 • 1472 Fjellhamar • T. 67 91 10 10
lorsenskov@comfort.no • www.clks.no

Dyrk dine egne giftfrie jordbær

Tenk hvor herlig det er å gå ut i din egen hage, veranda eller på terrassen og plukke dine egne giftfrie jordbær. Ja, for jordbær blir dessverre sprøytet ofte fordi det er store problemer med gråskimmelsopp og andre sykdommer.

I 2019 fant Mattilsynet giftrester i 94% av norske jordbær, og giften er inni bærene og lar seg ikke vaske bort slik man trodde tidligere. Det er tillatt å bruke hele 30 forskjellige sprøytemidler i produksjonen av norske jordbær. Ni av disse er ugressmidler, ni er soppmidler, og 12 er stoffer mot skadedyr. Norske jordbær, unntatt de som er dyrket økologisk, kan sprøytes kun tre dager før bærene høstes, noe som bør få varselklokkene til å ringe. Man har funnet opptil åtte forskjellige sprøytemidler i ett bær, mens de tidligste jordbærene som kommer fra Sør-Europa har vist seg å inneholde opptil 13 forskjellige giftstoffer. Men den gode nyheten er at du kan dyrke dine egne giftfrie bær i en pallekarm, potte eller en i ampel. Har du hage, så er det plass til ca. 12 planter i en pallekarm, og det blir det fort noen bær av. Jordbær vil ha sol, helst mye sol, så finn den mest solrike plassen i hagen, som oftest er mot sør. Pallekarm kan du kjøpe ferdig på hagesentrene, eller du kan snekre en selv, men ikke kjøp malte karmen, da de kan inneholde stoffer som vi ikke vil ha i maten vår. Hvis du vil impregnere pallekarmen, får du kjøpt giftfri impregnering hos *Livos.no*, eller du kan bruke ferdig impregnerte materialer, da disse i nyere tid bare er behandlet med kobber.

Finn en solrik plass

Når du nå har funnet en solrik plass i hagen, så lager du en renne med spaden som tilsvarer kantene på karmen, slik at karmen ligger et par centimeter ned i bakken. Legg på karmen, og så legger du på ti blader med avispapir i bunnen av karmen og bretter papiret litt oppetter innsiden slik at papiret dekker jord og litt av veggene.

Nå er det bare å fylle på med jord og/eller kompost hvis du har det. Hvis du har lagt gamle potteplanter i komposten, kan den inneholde veksthemmende midler som du så får i jordbærbedet. Dette er veksthemmende stoffer som blir værende i komposten og som vil stoppe veksten på planter som blir utsatt for dette stoffet. Veksthemmende stoffer blir f.eks. brukt i julestjerner for å holde dem små.

Bruk lite gjødsel og kalk

Jordbær trenger ikke mye gjødsel, og plantene liker seg best i en pH på mellom 5,7–6,3, dvs. at de vil ha lite kalk. Hvis du vil måle kalkinnholdet i jorda, kan du kjøpe papirstrips til å måle med på Felleskjøpet. Da tar du bare et glass med en dl vann i pluss en ss jord, rører rundt, setter i stripa et par sekunder, og så ser du på fargeskalaen hva som stemmer med skalaene på pakningen. Lettere kan det ikke gjøres. Du må gjødsle jorda når du planter ut, og på ettersommeren. En god huskeregel er å gjødsle litt 1. mai og 1. august. Bruk økologisk hønsemøkk, men ikke bruk mye, for da får du mye blader og lite bær. Husk at hønsemøkk er veldig sterk selv om det ser lite ut. Kanskje to dl med hønsemøkk er nok.

Når du nå er klar til planting, så må vekstpunktet på planten under jorden, ellers vil det bli dårlig vekst og små bær. Vekstpunktet er der du ser at bladskuddene kommer opp, der delingsaktiviteten er spesielt stor. Nå er plantene i jorda, og du må passe på å vanne jevnlig slik at røttene får satt seg. Ikke vann mye når plantene setter blomsterknopper, men vann noe mer når bærene begynner å utvikle seg. Mye regn og for mye vanning kan føre til at bærene får gråskimmelsopp, så det er en balanse her.

Legg på halm

For å unngå å få jord på bærene, kan du legge på halm, flis, bark eller kongler. Ikke legg på for mye av bark og flis, for det kan ta næring ut av jorda, men det kan også holde på kulden i jorda på våren slik at veksten kommer sent i gang. Noe flis, bark, kongler og eventuelt barnål kan motvirke at sneglene forsyner seg av godsakene.

Hagespalten

Av økobybonde Audrey Maria Larsen
Høybråtenveien

Når du nå har etablert et felt med jordbærplanter, kan du enkelt formere dine egne planter. Jordbær gir god avling i ca. tre til fire år før de må skiftes ut, og da er det jo fint å ha egne stiklinger. Men husk å ta utløpere fra friske planter og de plantene som gir mest bær.

Klipp bort utløperne

Den nye planten blir en tro kopi av morplanten, så hvis den har gitt lite bær, vil småplantene også gi lite. Utløpere som kommer fra planter som skal gi bær på forsommeren, klipper du bare av. Ellers vil energien gå til småplanten og ikke til morplanten, som trenger energi for å gi store bær. Men etter at bærene er høstet, kan morplanten få sette utløpere. Da tar du småplanten og setter den i jorda like ved morplanten, fester den med en krampe slik at rota får festet seg, og når småplanten har fått røtter og større blader, kan du klippe av «navlestrengen». Dette bør du gjøre året før du skal skifte ut morplantene slik at du har ferdige planter neste sommer. Du kan la småplanten stå der den har slått rot hvis det er plass, eller så kan du sette dem i små potter, grave dem litt ned i jorda og la dem overvintré til neste vår når du må ha nye planter. Pottene kan også dekkes med granbar for å gi bedre overvintring.

Legg over et fuglenett

Jordbær er dessverre så gode at det er ikke bare vi mennesker som setter pris på dem, men det er også yndlingsretten til de fleste fugler. Men det finnes råd. Du kan ta noen myke kvister og sette tre-fire buer over karmen, og legge fuglenett over, så er bærene reddet. Du kan også kjøpe ferdige buer som er tilpasset pallekarmen på plantesenteret.

Hvis du vil kjøpe økologiske jordbærplanter, kan du kjøpe det hos De Haes Gartneri på Jevnaker, men du kan også kjøpe økologiske bær fra gårder som driver med økojordbær, men det må du nesten google. Den gården jeg fant ved å søke er Søndre Røine gård i Sylling i Lier. Lykke til med dyrkingen og nyt dine egne giftfrie bær.

AM





Vi har ledig tannlegetime til deg!

Tannhelsesenteret på Lørenskog er en stor og moderne klinikk med 15 behandlingsrom, 15 tannleger, tannpleiere og tannlegespesialister.

I tillegg til vanlig tannbehandling kan vi tilby:



Tannregulering av voksne og barn (kjeveortopedi)

For voksne også skjult tannregulering. For barn bosatt i Oslo kommune gjelder de samme rettigheter selv om behandlingen gjøres i Lørenskog!



Behandling av snoring

Er du trøtt på dagtid? Har du lett eller moderat søvnapné? Er du misfornøyd med din CPAP?

Søvnapnéskinne framstilles individuelt.



Vi holder åpent hver dag, hele året

Mandag–fredag 8–20
Lørdag–søndag 10–14
Andre helligdager 10–14

Ingen pristillegg for timer kveld eller helg. Har du tannverk, får du time på dagen!

tannhelse @ senteret

Tannhelsesenteret Lørenskog AS

Skårersletta 10, 1471 Lørenskog • Telefon: 67 91 72 00 • www.tannhelsesenter.no

Lege Kjetil Skaaraas er blitt pensjonist

Lege Kjetil Skaaraas bør være kjent for mange på Høybråten. I januar 2023 gikk han av med pensjon, og i den forbindelse tok Frøydis C. Stenerud kontakt med ham og spurte om han kunne tenke seg å bli intervjuet av Vel-Nytt. Frøydis sendte ham en del spørsmål, og på denne bakgrunn skrev Skaaraas påfølgende artikkel.

Av Kjetil Skaaraas Pensjonert lege fra Høybråten

Gunnar Rusten og jeg ble kjent i studietiden i Oslo. Vi var sammen i en såkalt kollektivgruppe i flere år og var begge interessert i å etablere oss som allmennleger. Da det nærmet seg avslutningen av studiet i 1984, ble det litt mer konkrete planer og vi begynte å tenke på hvor vi kunne etablere oss. Jeg visste jo at «huslegene» på Høybråten – Dr. Knudtzen og Dr. Gotaas – var i ferd med å avvike sine legepraksiser etter lang og tro tjeneste. I forståelse med dem ble det til at vi så smått begynte etableringen på Høybråten. Det var imidlertid et problem å finne egnede lokaler, men vi ble kjent med at det skulle foretas en rehabilitering og utvidelse av Folkvang. Vi ble involvert i den prosessen med tanke på å tilrettelegge lokalene for et legekontor. Da var det greit å kunne ty til en «midlertidig» løsning (fire år!) med legekontor i mitt barndomshjem hvor mine foreldre fortsatt bodde. (Så man kan vel absolutt si at jeg fant tilbake til røttene...)

Startet virksomhet høsten 1986

Rett etter fullført turnustjeneste startet vi opp virksomheten høsten 1986. Vi alternerte i en en-lege praksis uten offentlig avtale fram til 1990 da vi kunne flytte inn i lokalene på Folkvang og jobbe parallelt. På 90-tallet fikk vi ett kommunalt driftstilskudd på deling og etter hvert fikk vi to tilskudd. Da utvidet vi praksisen med en ny lege (Gunnar Tveiten) som senere overdro sin fastlegehjemmel til Gry-Elin Tøfte-Furu. Knut Dissen vikarierte for meg rett før fastlegeordningen ble etablert, og da den ble innført i 2001 hadde vi fått større

lokaler. Vi var fire fastleger som kunne etablere oss med fulle lister med totalt nesten 5000 listepasienter.

Jeg tror jeg har alle legene med meg når jeg sier at det har vært fint å være lege på Høybråten i alle disse årene. For meg var det kanskje litt spesielt å være lege på hjemstedet. Jeg var jo plutselig i en annen rolle overfor mange av dem som hadde vært «autoriteter» (i positiv forstand) i min barndom og oppvekst. Jevnaldrende som jeg kjente, ble jo også mine pasienter. Sett fra min side har jeg bare hatt glede av det. Jeg håper jeg har gitt noe tilbake til Høybråten hvor jeg hadde en flott og trygg oppvekst. Fortsatt har jeg tilknytning her – sønn og to barnebarn er 4. og 5. generasjon som bor i barndomshjemmet mitt i Høybråtenveien. Der er jeg hyret inn som vaktmester og plenklipper.

Fastlegeordningen

Fastlegeordningen mener jeg i det store og hele har vært svært positiv og et viktig fundament i en helhetlig og god helsetjeneste med lik tilgang for alle. Men ordningen trues fra mange kanter. Fastlegene er pålagt stadig flere oppgaver og befolkningens forventninger om tilgjengelighet og rask respons fra helsetjenestene har økt siden vi startet opp i 1986. Den medisinske teknologiske utviklingen har kommet langt, og vi er i stand til å utføre diagnostikk og behandling i dag som fortoner seg helt utrolig. Men det har også gjort helsevesenet mer komplekst og fragmentert, og det har åpnet vei for en stadig økende kommersialisering av helsetjenester som ikke bare er av det gode. Hverdagen på legekontoret er ikke så påvirket av denne avanserte utviklingen.

Legene må selvsagt ha kunnskap om hvilke muligheter for diagnostikk og behandling som er tilgjengelig for våre pasienter. Men fortsatt er det forståelse for individet og sykdom både hos den enkelte pasient og som sosial konsekvens som står sentralt. Nøkkelen til god behandling er fortsatt en god og gjensidig forståelse mellom lege og pasient. Vi får håpe at det også i framtida blir tid og rom for den gode samtalen på legekontoret.

Vi lever i digitaliseringens tid

Vi etablerte oss med elektronisk pasientjournal nesten fra legekontorets 1. dag. (Det var ganske nytt den gangen i 1986). Vi snakket mye om at «skjermen» kunne komme til å ta oppmerksomheten vekk fra pasienten og det har nok ikke helt vært til å unngå. Men samtidig har det vært et godt og nyttig hjelpemiddel. Men har «datan» gjort det enklere å være lege? Jeg er ikke så sikker på det. Det har nok mer bidratt til at hverdagen har blitt mer kompleks og har ført til at vi har flere baller i lufta samtidig. Men slik er jo også den generelle utviklingen i samfunnet.

Men jeg ser en fare for at fastlegene kan bli overkjørt og utkjørt av alt vi må forholde oss til. Jeg kan ikke se annen løsning på dette enn at det må bli færre pasienter pr. fastlege. (Men hvor skal vi hente det nødvendige antall leger fra?) I tillegg må det nok gjøres en del organisatoriske endringer, men det er ikke så lett å ha svar på hva det skal være.

Mitt ønske er at fastlegeordningen skal bestå og at det gis rom for et forpliktende og langvarig tillitsforhold mellom lege og pasient. Jeg er glad for alle de årene jeg har hatt mitt yrkesaktive liv som lege på Høybråten. Jeg har hatt gode kolleger og dyktige og hyggelige medarbeidere som har gjort det trivelig å komme på jobb. Og ikke minst har jeg hatt berikende og gode møter med mange pasienter gjennom 36 år. Nå har jeg fått smaken på å være pensjonist og det kjennes bra. Jeg liker å være i fysisk aktivitet og holde på med praktiske gjøremål. Det blir fint å kunne gjøre det uten hele tiden å føle at det er noe annet man skulle ha gjort (som f.eks. å skrive legeerklæring til NAV). Jeg ser også fram til å ha mer tid til familien og følge opp fire barnebarn med alder fra tre mndr. til 10 år.

HF



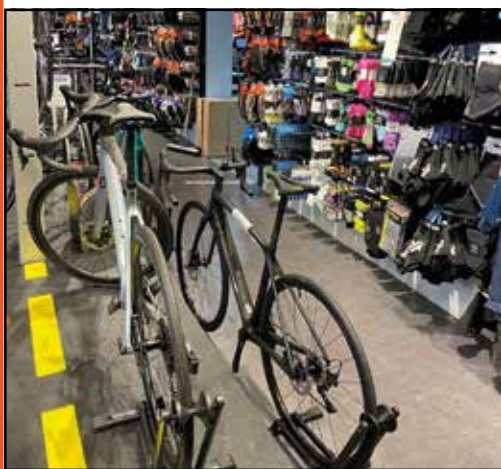
Bildet til venstre: Per-Erik Hansen er gammel Høybråten-gutt og er en av de mange som har hatt Skaaraas som fastlege i alle år. (Foto: Jon Erik Hansen.)

Til høyre ser vi Skaaraas sammen med sine kollegaer på legekontoret en gang i 2018. (Foto: Frøydis C. Stenerud.)



DIN LOKALE SYKKELBUTIKK

Vi har mange gode
VÅR-TILBUD!



**Mange gode vårtilbud
på sykler og utstyr!**

- Vi har stort utvalg av EL-sykler, kom gjerne innom for en prøvetur!
- Vi har utvidet verkstedet og tar alt av sykkelreparasjoner!



**SYKKEL
OPPLEVELSER**

Åpningstider er mandag–fredag 7.00–19.00 og 9.00–16.00 lørdager

Besøksadressen er Solheimveien 56, 1461 Lørenskog

Tlf. 67 97 30 02 • Mailadr.: info@sykkelopplevelser.com

Vi har også åpnet avdeling i Storgata 26 i Lillestrøm. Tlf 63 82 90 00.

Åpent mandag til fredag 10-18 lørdager 10-15.



HØYBRÅTEN MALEKLUBB OG ATELIÉRFELLESSKAP

Nå er det full aktivitet igjen!

Et lite sammendrag om hva som skjer i Høybråten Maleklubb og Ateliérfellesskap.

Ved Unni Seierstad

Fjoråret ble avsluttet med en vellykket kunstutstilling/salgsutstilling på Metro-senteret. Denne var så vellykket at vi i år igjen gjentok suksessen i mars og april 2023 med 15 utstillere på samme sted, Metro-senteret.

Utstillingen ble meget godt besøkt i fine lokaler. Det var stor profilering og positiv omtale i sosiale medier og et flott innlegg i Romerikes Blad i forbindelse med åpningen i mars. Dette gjorde at mange interesserte besøkte utstillingen og salgstallene på malerier er vi meget godt fornøyd med.

Turer/Utflukter

Som dere skjønner er det også aktivitet utenfor galleriet. I juni måned går en tur til Blaaafargeverket og en til Vigelandsmuseet. I august måned blir det årlig ukestur til Skagen i Danmark og ikke minst en tur til Albania.

Noen av maleklubbens medlemmer er nettopp kommet tilbake fra en fantastisk tur til Henningsvær i Lofoten. Flott vær hele tiden, nordlys og alt det positive en tur i Lofoten medfører. Det er allerede under planlegging en ny tur i 2024.

Våre aktiviteter for øvrig

Strikkekafé

Det er igjen full aktivitet i vår Strikkekafé som holder åpent hver onsdag fra kl. 11.00–15.00. Det som er meget hyggelig, er at det er kommet flere «strikkedamer» til oss fra nærmiljøet. Bestendig hyggelig med nye bekjentskaper. Enda har vi god plass til enda flere. Meget sosialt med salg av kaffe og vafler og livlige samtaler rundt bordet.

Medio mars måned leverte vi 128 luer til Radiumhospitalet. Luene leveres via Malteser Riddernes Hospital orden ved Ås Maltesergruppe, som igjen leverer dem til fritidslederen ved Radiumhospitalet. Vi mottar masse takk derfra. I forbindelse med mottakelsen av de siste innleverte luene, ble det på gruppens side «Radiumshospitalets venner» på Facebook opplyst at Høybråten Maleklubb og Ateliérfellesskap har levert 1867 luer de siste årene. Dette er vi stolte av, men behovet for luer er stort, så vi trenger flere som kan bidra. Vi strikker også nyfødtsett (pledd, genser, lue og sokker) til fødeavdelingen på A-hus. Der vil det i løpet av mars bli levert i overkant av 60 nyfødtpakker. Du er hjertelig velkommen til å strikke sammen med oss. Det er enda plass til mange flere.

Drop – In maling

Det er også full aktivitet igjen på vår Drop-In maling, hver torsdag fra kl 11.00–15.00.

Vi håper at flere i nærmiljøet vil komme og male sammen med oss.

Vi er alle glade amatører på ulike plan, med ulike ambisjoner, og vi lærer hele tiden av hverandre. Når noen har lært noe nytt, på f.eks. kurs, får alle glede av det. Vi som er aktive på Drop-In malingen, er en sosial og fargerik gruppe som inspireres av hverandres kreativitet.

Som nevnt i tidligere Vel-Nytt, arrangerer vi også mange malekurs i regi av eksterne instruktører, for medlemmene våre og for andre som ønsker å lære mer. Følg med på vår Facebookside hvor alle kurs blir annonsert.

For tiden arbeides det med planlegging av Workshop/barnekurs i akrylmaling for barn i alderen 8–12 år. Nærmere informasjon om dette blir gitt i sosiale medier for Høybråtens beboere (Facebook, oppslag osv.)

Det planlegges også en salgsutstilling medio juni i vårt galleri, Fredheimveien 3. Mer info om dette blir annonsert senere. Velkommen til å se hva denne aktive gruppen på Høybråten bruker det meste av fritiden sin til.

Ser du det er noen i lokalet vårt, stikk innom, slå av en prat og se våre bilder.



Flittige damer med strikkepinner på Strikkekaféen en onsdag.



Salgsutstilling Metro-senteret. 15 utstillere og ca. 250 utstilte malerier.

Velkommen til

KIWI

MINIPRIS PÅ HØYBRÅTEN

Mandag 7-23 Lørdag 9-21
Fredag



Kjøp kjapt - trygt og billig

Høybråtenvn. 79, 1088 Oslo

Tlf. 22 21 18 63

DIN LOKALE TANNLEGE PÅ HØYBRÅTEN

<https://hoybratentannklinikk.no>

epost@hoybratentannklinikk.no

Høybråten Tannklinikk holder til på Høybråten i bydel Stovner, Oslo. Vi kan tilby det meste innen vanlige tannlegetjenester, forebyggende tannbehandling, estetisk tannpleie, rotbehandling og protetik.

Ta kontakt med oss for å høre hva vi kan gjøre for deg. Alle gamle og nye pasienter ønskes selvsagt hjertelig velkommen til oss!



22 21 70 70

Ordinær åpningstid (mandag, onsdag, fredag) er 08.00-16.00. Tirsdager og torsdager har vi åpent til 19.00. Behandling utenom åpningstider etter avtale.

Du finner oss i Høybråtenveien 76 rett i nærheten av KIWI på Høybråten, og vi har i flere år tilbudt våre tjenester til fornøyde kunder fra hele Oslo. Hos oss får du omsorgsfull tannbehandling til fornuftige priser.

– Ta kontakt med oss for en uforpliktende samtale i dag!

Høybråten  Tannklinikk AS



ING.HANS BECKER AS

ELEKTROINSTALLATØR



Vi utfører alt innen el. installasjon

- STERKSTRØM
- SVAKSTRØM
- INTERNKONTROLLER

Pottemakerveien 6B
0954 Oslo

 **22 90 11 30**
www.hans-becker.no

Ombygging av Høybråten skole



Ved Ricke Cecilie Veiby Müller
Rektor ved Høybråten skole

Høybråten skole står foran en spennende sommer i 2023, da skolen skal gjennomgå en ombygging fra baseskole til en mer

klasseromsskole. Ombyggingen vil gjelde for elever fra 1. til 4. trinn, og vil gi en helt ny opplevelse for elevene når de kommer tilbake til skolen etter sommerferien. Den nye skolestrukturen vil gi elevene en mer strukturert og fokusert læringsopplevelse,

med et ekstra dedikert klasserom for hvert trinn. Dette vil gi elevene et fast sted å samle seg og lære sammen, og gi lærerne muligheten til å tilpasse undervisningen til hver klasse på en mer effektiv måte. Som en del av ombyggingen er vi i en prosess med lærerne på trinnene der vi sammen søker nye og gode pedagogiske løsninger for undervisningen, slik at elevene kan få en oppdatert og moderne læringsopplevelse. Vi vil gi elevene muligheten til å jobbe både med tradisjonelle læremidler og med digitale verktøy og læremidler. Vårt ønske er å gi dem et forsprang når det kommer til teknologiforståelse og -bruk og at de blir skikkelig gode i bruk av fysiske bøker, blyant og papir. Vi ser frem til den spennende ombyggingen av Høybråten skole, og gleder oss til å se resultatene av dette arbeidet når elevene kommer tilbake til skolen i august 2023. Dette vil gi elevene en mer strukturert og effektiv læringsopplevelse, og legge et bedre grunnlag for elevenes fremtidige skolegang, studier og yrkesliv.

Hf

HØYBRÅTEN OG STOVNER IDRETTSLAG

Nå kan byggearbeidene starte

Ved Dag O. Jensen, redaktør Vel-Nytt

20. april ble kontrakten med entreprenør Seby undertegnet. Til stede utenom Akers Avis og Vel-Nytt var HSILs leder Jon Schmidt, daglig leder Kaja Marie Marstrander og prosjektmedarbeider Emilie Ødegård. Kaja og Emilie er heltidsansatte i HSIL, og har vært med hele veien i utformingen av det nye bygget.

Fra entreprenør Seby var prosjektleder Geir Viken og Kristin Rove Bentsen med. Seby er godt fornøyd med å få oppdraget, og begge parter føler at samarbeidet til nå ha vært knirkefritt, og gleder seg til å ta fatt på den videre prosessen. Seby regner med at opprigging og klargjøring for byggearbeidene starter 8. mai. Deretter vil man så snart som mulig starte selve byggearbeidet. Totalbudsjettet er på 39 millioner kroner + moms. Det er lagt

stor vekt på et miljøvennlig byggeprosjekt, med bl.a. fossilfrie energikilder, og lavkarbo betong.

Det er allikevel ikke til å unngå at det vil bli en belastning for nabolaget med en del støy fra tunge maskiner og fra byggearbeidet forøvrig.

Trenger fortsatt mer penger

Det er fortsatt en del jobb å gjøre for å få finansiert prosjektet, og vi vil igangsette kampanjer hvor vi sender ut lagene for å banke på dører i nabolaget og samle inn penger. Det er fortsatt murstein å få kjøpt for å bidra til å finansiere bygget, og idrettsinteresserte og andre på Høybråten henstilles om å kjøpe seg en murstein eller flere. Kjøp skjer via vipps til 191600 HSIL Nytt klubbhus. Husk å merke betalingen med navnet som skal på steinen.

Hf



Modellen av klubbhuset over begynner vel å bli kjent for de fleste.

Til stede under signeringen av kontrakten var (f.v.) daglig leder i HSIL Kaja Marie Marstrander, Kristin Rove Bentsen fra Seby, Jon Schmidt, leder i HSIL, Geir Viken fra Seby og prosjektmedarbeider i HSIL Emilie Ødegård.



Vårnytt fra Stasjonsfjellet skole

Ved Bjørn Skogholt
assisterende rektor Stasjonsfjellet skole

Et viktig mål for oss på Stasjonsfjellet er å jobbe med å bygge gode klassefelleskap. Skolen er en arena for både faglig- og sosial læring, og elever som opplever utenforskap av ulike årsaker, har det ikke greit. Arbeidet krever innsats og godt samarbeid med hele «laget» rundt elevene, og lærerne våre legger ned mye tid og energi i sitt daglige arbeid med å skape et slikt fellesskap i klassene. Alle dere andre som også bidrar i frivilligheten rundt ungdommen vår, bidrar også til dette prosjektet. Takk til alle dere voksne som holder idrettslag, korps og andre kulturaktiviteter i gang for ungdommen vår, og takk for at dere tenker inkludering. Dere skaper møteplasser og felles opplevelser som ungdommen tar med seg til skolen. Dere er derfor viktige! Denne vinteren har vi spilt en del sjakk på Stasjonsfjellet. 9. trinn har deltatt i noe

som heter Sjakk9ern, hvor alle elevene har fått opplæring og prøvd seg på sjakk. Ikke alle elevene hadde erfaring med sjakk fra før av, så det har vært både utfordrende og spennende. Siste dag før påskeferien hadde hele 9. trinn turnering, og det var flott å se hele aulaen rigget som en «proff» sjakkturnering med 34 bord og full konsentrasjon! I tillegg har vi gående sjakk på torsdager etter skoletid for alle elevene på skolen. Et sted mellom 20 og 30 elever har deltatt på disse torsdagene. Over sjakkbordet møtes elever som kanskje ikke har snakket så mye sammen før, så dette er et eksempel på aktiviteter som er med på å styrke fellesskap på skolen. Sammen med elevrådet ønsker vi i tiden fremover å planlegge flere slike aktiviteter i løpet av skoleåret. Torsdag 16. mars arranger-

te vi skoleball for 10. trinn. Skolens aula var pyntet til fest, og det ble en vellykket kveld med mat, taler og dans. Tusen takk til alle elever og foreldre som bidro med innsats og arbeid for å gjennomføre denne kvelden.

Nå gjenstår siste innspurt fram mot sommerferien, og vi gleder oss allerede til å ta imot nye 8.-klassinger til høsten. Ønsker alle på Høybråten en fin vår og en god sommer når den tid kommer!

HF



MNTF



Tannlege MNTF
KARL KRISTIAN ANDERSEN
Folkvangveien 31
1086 Oslo
Tlf. 22 21 10 10

Høybråten Legekontor

Legene HASIB SHAH, SHEIKH ASIM AHMAD,
GRY-ELIN TØFTE-FURU og KNUT DISSEN

Tlf. 23 34 44 00

Folkvangveien 26, 1086 Oslo
mandag - fredag: (timebestilling) 09.00–14.00



Mortens Kro

der maten er go'

Vi kan – Kro – Catering - Selskaper

Velkommen til en god opplevelse



Tlf.: 67 06 77 90 - www.mortenskro.no - firmapost@mortenskro.no

Russebuss i Parken



Tekst og foto: Dag Oskar Jensen
Redaktør Vel-Nytt

22 russ fra Høybråten fant i høst på at de ville lage et arrangement litt utenom det

vanlige. De ville invitere barna på Høybråten til å komme i Parken og besøke russebussen deres, samtidig som de arrangerte en rebus med forskjellige poster i Parken. De loddet først stemningen for arrangementet på Høybråtenportalen (Facebook),

og var forberedt på at det kanskje ville komme en del negative reaksjoner. Russen er jo ikke akkurat kjent for å arrangere noe for barn, men kanskje mer kjent for utagerende festing og overdreven alkoholbruk. De fikk ingen negative reaksjoner, men derimot masse positiv respons, så dermed var det bare å sette i gang. Det var ingen aldersgrense, og både barn og foreldre var hjertelig velkomne.

22. april i tidsrommet kl. 12–15 sto russebussen «Kruserull» i Parken. Det var et strålende vær, og alt lå dermed til rette for at det skulle bli et vellykket arrangement. Kiwi Høybråten hadde sponset arrangementet med boller og saft, og Sanitetsforeningen stilte med to damer som delte ut kjærlighet på pinne. Alle som var med på rebusen fikk både boller, saft og kjærlighet på pinne.

Da Vel-Nytt ankom Parken litt over kl. 12 var det masse mennesker der, og et yrende liv. Mange barn gikk rundt i Parken og løste rebus og det var stor trafikk av både barn og voksne som gjerne ville inn i bussen.

Primus motor i prosjektet, Nora Bredeesen, sier i ettertid at arrangementet gikk helt strålende, og at dagen ble veldig vellykket både for barn, voksne og arrangører. Vel-Nytt gratulerer Høybråten-russen med et flott gjennomført arrangement!

HF



En del av russen samlet bak bordet hvor det ble delt ut saft og boller til barna. Helt til venstre ser vi primus motor Nora Bredeesen.



Foran i bussen fant vi (f.v.) Adrian Wangensteen, Isabel Hoelsæther, Amalie Knarvik, Ingrid Haugland og Even Myhraas.



Inni bussen traff vi Bettina med Sigrød på armen. I rød kjole ser vi Andrea.



Sanitetskvinnene stilte i Parken med kjærlighet på pinne til alle som hadde løst rebus.

Seniorgutta står på – som vanlig!



Ved Ronny Steen-Olsen
Leder i Seniorgutta HSIL
Liastua

På årsmøtet 9. mars var det 29 medlemmer til stede. Der var Liabratten naturlig nok et tema. Den er blitt en suksess. Den ble også i 2022 besøkt av tusenvis av mennesker i alle aldre. Det er spesielt gøy å se når alle barnehagene kravler seg oppover steintrappene og jubler når de når toppen. Folk fra hele Oslo-området besøker trappa. Liastua er sammen med Liabratten og aktivitetsparken blitt et enda viktigere møtested for dem som bor i Stovner bydel/ Groruddalen og nærliggende områder. Liastua sammen med Liabratten/aktivitetsparken bidrar til en mer aktiv livsstil og inkludering på tvers av livssyn, alder og kultur. Prosjektet er sluttført til glede for alle besøkende.

Liahuken

I mai 2021 startet vi byggingen av Liahuken. Det gjenstår noen korrigeringer på utegrill. Vi ser at Liahuken er meget godt

brukt og er veldig populær, ikke minst for småbarnsfamilier.

Salg og dugnader Liastua

Seniorgutta har i år utvidet åpningstiden i vår- og høstsesongen med lengre sesong, pluss lørdager på høsten. Dette medførte at langrennsgruppa ikke kunne delta. Håndball bidrar som vanlig i vintersesongen. Seniorgutta har lagt ned 680 dugnadstimer på salgsvakter i Liastua.

Sammendrag

2022 har vært som normalt, uten pandemi og nedstenging. Dugnadsarbeidet har vært godt, og som vanlig med stor deltagelse. Åpning med servering og salg samt utleie har økt mye grunnet utvidet åpningstid og normale driftstilstander.

Åpen dag med informasjon om bruk av marka samt gratis servering ble en suksess.

Gledelig er det å kunne konstatere økt besøk og bruk av uteområdene våre. Det er også i år mye besøk av barnehager og skoler som har benyttet seg av området og installasjonene rundt Liastua, spesielt Liahuken. Alle vi i Seniorgutta kan være stolte av det arbeidet vi gjør, så tusen takk

til alle. Styret takket også medlemmene for mange timers arbeidsinnsats i og rundt Liastua. Drift og vedlikehold er utført på tilfredsstillende måte og i henhold til budsjett. Vi ser gjerne at gruppene i HSIL og andre bruker Liastua og anleggene enda mer.

Utfordringer med parkering

To viktige saker som ikke er løst eller svart på fra bydelen er vår henstilling om å finne en ordning på beboerparkeringen ved Danseplassen i Stovnerbakken og parkeringsbehovet i Stovnerlia. Vi er den eneste markastua i Oslo som har innfartsparkering hvor brukerne må betale for parkering. Vi er veldig skuffet over manglende initiativ fra egen bydel, og vi får klager og litt oppgitte kommentarer spesielt fra barnefamilier som vil bruke marka og besøke Liastua. Vi ser også at omsetningen har gått ned, færre besøk i vinter enn tidligere år. Hva dette skyldes vet vi ikke sikkert.

Vi har planlagt en flytting/oppgradering av vaktmesterboligen, slik at den ivaretar dagens regelverk for bolig. Dette er det viktigste tiltaket vi prioriterer nå, spesielt med tanke på å forbygge hærværk og innbrudd. Bydelen berammet et møte med oss 14. april og vi møtte opp, men ingen av representantene fra bydelen var til stede. De hadde visst glemt møtet de selv berammet. Vi regner med at det blir berammet ett nytt møte hvor vi kan drøfte utfordringene vi har på Liastua og i marka vår. Skal vi i mål er vi avhengige av at bydelen støtter tiltakene og at bruk av marka blir tilrettelagt på en god måte.

HF



Seniorgutta sørger for å vedlikeholde Liastua og å holde området rundt i god orden.

(Begge foto: Vel-Nytt.)



Oppmøtet til dugnadene er godt, og praten går livlig både under arbeidet og i spisepausen.



Åpningstider Liastua

Mai–juni

Lørdag og søndag 11.00–16.00

Stengt i sommerferien

Høst fram til nyttår

Lørdag og søndag 11.00–16.00

www.liastua.no

Klassefest etter 50 år

I august 1972 begynte elevene i 1D på Høybråten skole. Vi var spente, sjenerte, ivrige og litt skremte. Etter syv år på Høybråten skole gikk vi videre ut i verden,

Av Kjersti Varang
Redaksjonskomitéen



noen har holdt følge hele tiden, andre hadde ikke sett hverandre siden barneskolen – før vi møttes på Velhuset en kveld i

november. Nesten alle kunne være med. Det var stor gjensynsglede, en veldig minnerik kveld. Det var også stort at læreren vår siden 3.-klasse også kunne være med. Inger Møller kjente oss nesten like godt som vi gjorde selv. Vi lovet at vi hadde øvd på gangetabellen og mimret og lo. Vi forsøkte oss på et klassebilde. Ikke så lett når fotografen hører til på 3. rad. Litt photo-shopping måtte til for å få med ansiktene på alle.

hlf



1979: Fra venstre: 1. rad: Eva Larsen, Nina Faaborg, Morten Jølsett, Jarle Torry Sørum, Roar Nilsen, Anne-May Trondsen, Catherine Nicolaissen.
2. rad: Are Andersen, Line Adde, Siv-Ellen Åsum, Tone Sørle, Nina Langaas Larsen, Inger Møller, Roy Terje Solheim, Bjørn-Wiggo Renø, Bjørn Solheim, Cato Bråthen.
3. rad: Nils Kristian Fossum, Anne Schrøder, Tove-Lise Thomassen, Kjersti Varang, Beate Svendsen, Tiril Aasheim, Hanne Olsen, Ivar Engebretsen.



2022: Fra venstre: 1. rad: Eva, Morten, Jarle Torry, Roar, Anne-May, Catherine.
2. rad: Tone, Nina, Inger, Bjørn-Wiggo, Bjørn, Cato.
3. rad: Sanne Merete, Nils Kristian, Anne, Tove-Lise, Kjersti, Beate, Hanne, Ivar.



Gudrun, Mette Lene og Elin

Hår stua

Fredheimvn. 3
Tlf. 22 10 66 05.

Mandag, onsdag og fredag kl. 10–16.
Tirsdag og torsdag kl. 10–20.
Pensjonistrabatt mandag, tirsdag og onsdag kl. 10–14

Vi ønsker deg hjertelig velkommen til vår salong!

Høybråten Fysikalske Institutt

VI TILBYR:

- Fysioterapi
- Trykkløst behandling
- OMI
- Lymfødembehandling
- Akupunktur NAFO
- Medisinsk treningsterapi
- Treningsmuligheter

AVTALE MED BYDELEN

Høybråtenveien 76, 1088 Oslo
Tlf. 22 21 49 49

www.hfysio.no

DIN LOKALE ELEKTRIKER!

VITO REGISTRERT EL-ENTREPRENØR
ELEKTRO A/S
SERVICE

Vidar Bull
924 84 770

Thomas Hauglund
906 55 785

post@vitoelektro.no

Pulsvanter til frosne byråkrater



Berit fra sanitetsforeningen viser fram damenes arbeid.

Denne vinteren har strømprisene skutt til himmels og vi har alle måttet spare strøm. I Rådhuset gikk det ut melding om at inne-temperaturen måtte senkes. I Byrådsavdeling for arbeid, inkludering og sosiale tjenester ble dette en gylden mulighet for julegaver til de frosne byråkratene. Høybråten Sanitetsforening sa seg villige,

på kort varsel, til å strikke pulsvanter til frosne byråkrater. På byrådsavdelingens julelunch fikk hver og en av de ansatte et par med håndstrikkede pulsvanter tilpasset hver enkelts stil og personlighet. Det ble full suksess – og enda flere varme hender i kommunen.

Kjersti Varang.



Byråkrater på julelunch har fått fine pulsvanter i julegave.



Braatens Byggfornyelse as

**FAGKUNNSKAP GIR
TRYGGHET**

Hele Groruddalens
totalleverandør
av
håndverkstjenester

KONTAKT OSS:

post@bbfo.no

22 10 63 10 / 917 38 538



BILGLASS

AVD. ALNABRU

**Rep. stensprutskade
Utskifting front-
og sideruter
Glassmester**

**Ring:
22 08 17 80**



Oslo Glass & Vindu AS
Smalvollveien 63, 0667 Oslo
info@osloglass.no
www.osloglass.no

Et aktivt år på Enga

Teksten er hentet fra Andelsbruk Engas årsrapport 2022.

Aktiviteter i 2022

Styret ved Mari Einang hadde ansvaret for å utarbeide aktivitetsplan og områdeplan for dyrking av poteter, grønnsaker, bær og frukttrær.

Faste fellesdugnader for medlemmer hver onsdag ettermiddag og søndag formiddag gjennom hele sesongen fra april og ut oktober 2022, med forpliktende deltagelse ved dokumentasjon på Spond. Spond er en app som medlemmene er forpliktet til å bruke aktivt til intern kommunikasjon og registrering av aktiviteter og for innhenting av informasjon.

Besøk av lokallaget SV i Bydel Alna på Enga 27. mars, der Siv og Anne Grete viste rundt og orienterte om den verneverdige husmannsplassen og hvilke dyrkeaktiviteter vi har her.

Bålpannekos 20. mars for alle som ønsket å delta med grilling og vaffelsteking i nydelig sol.

Oppsett av drivhus (24 kvm) levert 5. april og satt opp på dugnad fra 11. april og fredag 13. mai.

Utegudstjeneste på Enga 26. mai Kristi himmelfartsdag, med sokneprest Klara Vogl som velsignet stedet og sørget for at grøden ble ekstra stor i år.

Henning Sørli, fra Bymiljøetaten freste jorda med traktor i mai 2022.

Historisk vandring med Bjørn Engstrøm i forbindelse med Ellingsruddagene 12. juni.

De gamle utebodene ble revet 22.–24. juni. Åpen dag 18. september samlet mellom to- til trehundre mennesker med aktiviteter og salg av poteter og honning og historisk vandring til møllerruinene.

Gubbegruppa fra Høybråten la formiddagstreffen til Enga 20. september 2022 og viste stor interesse for bevaring av stedet.

Det har vært flere artikler i Akers Avis Grovuddalen, Høybråten Vel-Nytt. Østmarkas venner er også positiv til aktivitetene som finner sted på husmannsplassen og skriver

om aktiviteter. Nytt håndmalt stort skilt laget av Karin, ferdig 14. september og er lett synlig fra turveien.

Lenke undervisningsvideo intervju: utforskende verksted, Bykuben Oslo senter for byøkologi.

Resultater fra innhøsting 2022

Tidligpotet og vinterpotet samlet innhøsting ca. 900 kg. Rødløk red Baron innkjøpt ca. 20 kg setteløk + vanlig gul løk og sjalottløk ga en høst på ca. 120 kg totalt. Annet: sukkererter og ulike typer bønner ble det fin avling av, med frø fra en tidligere bosetter i økokollektivet. Vi fikk store mengder grønnkål, fra åtte poser grønnkål mix fra Solhatt økologisk frø. Andelsmedlemmene kunne høste ubegrenset og det helt fram til frosten kom, og da kom rådyrene og spiste opp resten. Planter som trivdes godt var: bladete, mangold, knutekål, hodekål og gulrøtter i ulike farger som var populært hos barna. Favoritt; polkabeter og pastinakk, og brokkoli. Frukt: Epletrær plantet og kjøpt inn i 2021, og vi fikk 13 epler første året. I 2022 tok rådyrene alle nye skudd i april og resultat ble ett eple, som ble borte og antagelig spist av noen på to bein. Egen krydderspiral med mange ulike krydderplanter, deriblant bladpersille, salvie, oregano, kamille, basilikum med mer var til stor glede for oss og alle besøkende og pollinerende småkryp.

Bifolket

er våre pelskleddede husdyr og vi har tre birøktene som passer godt på husdyra våre. I 2022 ble antall bikuber økt med til sammen fem kuber som ga oss totalt ca. 55 kg ferdig honning. Det er et stort ansvar å ta vare på bifolket som er utsatt for sykdom og harde vintre. Dessverre ble det observert flere døde bier i desember til tross for at biene så friske og sterke ut i september etter innhøsting av honning. Det ble levert prøver til mattilsynet som viste at biene var utsatt for virussykdommer og i tre av fem kuber var alle biene døde. Vi frykter at alle fem bikuber er døde nå i løpet av vinteren.

Andelslandbruk Enga drives som et kollektivt samvirke (SA) der andelshaverne inviteres til å dyrke poteter, grønnsaker, bær og frukt i fellesskap til eget forbruk. Fordelingen av avlingen skjer etter en rettferdig tildeling av innhøstede produkter. Det er delt risiko og mye læring. Vi har tillatelse til å ha inntil 6 bikuber. Alle som vil kan søke om medlemskap og betale en medlemskontingent, og delta på fastsatte forpliktende dugnader. Støttemedlemskap er også mulig med et frivillig beløp på kr. 300,-.

Bruket oppnår resultater gjennom økonomisk støtte og frivillig dugnadsarbeid

Kr 50000 er gitt fra Bydel Alna til møteplass for små og store i 2022. Statsforvalter og PBE har godkjent oppsett av ny utebod på 18,5 kvm der de gamle utebodene sto.

Drivhuset som ble satt opp i april-mai brukte vi som lagringsplass fram til vi får satt opp utebod i 2023. De gamle utebodene ble revet juni 2022.

Historien om hvem som har bodd på Enga

Ført i penn av Bjørn Engstrøm og kan leses i Årboka for Groruddalen historielag 2022. Bjørn Engstrøm og flere har vært med på kartlegging av hvem som har bodd på husmannsplassen med bilder og intervju av de som har bodd på stedet fra gamle dager.

Oslo kommune sier de satser stort på urbant landbruk. I praksis ser vi ikke noe til økonomisk støtte i budsjett fra byrådet for rehabilitering av våningshuset på husmannsplassen Enga som er helt nødvendig for videre drift av dette unike stedet i porten av Østmarka.

Samarbeid med lokalsamfunnet

Tiltaket framstår som samlende, trygt og godt og gjenspeiler det mangfoldet av mennesker som bor i området. Oppslutningen har vært stor og sier mye om behovet for grønne møteplasser i bynære områder. Det er veldig hyggelig når jeg møter kjente og ukjente som forteller at de ofte tar turen til Enga med matpakke og drikke og koser seg i solveggen. Det gjelder små og store som foretrekker at turen ikke blir så lang for trette ben.

Det er full aktivitet på Enga, Mariholtveien 97 der turveien til Mariholtet sportsstue går rett forbi.



Dugnad på Enga juni 2022.

(Dronefoto: Frode Westad)



Åpen dag 18. september.

(Foto: Anne Grete Orlien.)

Bevar Gjelleråsmarka

Si nei til ny skytebane på Lahaug nå!

- Lillestrøm kommune behandler i disse dager detaljplanene for etablering av en ny gigantskytebane i Gjelleråsmarka. Banen blir liggende mellom Lahaugmoen og Lukeenga, og vil legge beslag på mer enn 100 dekar av den lille skogen vår! Med støyvollene, som blir omtrent 25 meter høye, blir anlegget ca 350 meter langt og 250 meter bredt!
- Banen vil ødelegge verneverdig natur. Skogsområder med naturskog og stort naturmangfold skal sprenges bort, og dyrkbar mark vil bli beslaglagt. Anlegget vil redusere levevilkårene for dyra som ferdes i området, og forringe tilgjengelighet og naturopplevelse for alle brukere av Gjelleråsmarka og Skjettenåsen enten du bor på Stovner, Høybråten, Lørenskog, Skjetten eller Gjelleråsen.
- For deg som er glad i skogen vår, som løper, sykler, går på tur, eller bare koser

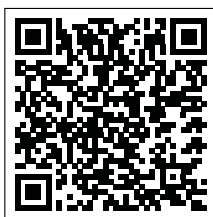
**STOPP
GALSKAPEN!**

BEVAR GJELLERÅSMARKA!



– SI NEI TIL NY SKYTEBANE PÅ LAHAUG NÅ!

Støtt underskriftskampanjen her:



deg med fuglesang, bær og sopp, nå må du våkne og delta i protestene mot denne utbyggingen!

- Anleggsarbeidet skal pågå i flere år, og selve anlegget skal finansieres av masse som skal bringes inn og ut av området. Det er behov for ca én million kubikkmeter masse for å ferdigstille anlegget. Et lastebillass tar ca 10 kubikkmeter! I tillegg til støy fra transport og sprengningsarbeidene, skal det også etableres et pukkverk i området!

- Banen skal være åpen hver dag fra 0900 – 2100 og kan benyttes av politi, forsvar

og det frivillige skyttervesen. Stevner bli tillatt på søndager! Det er beregnet en kapasitet på ca 800 000 skudd pr. år. Rundt regnet betyr dette i snitt omtrent 2000 skudd pr. dag!

Vi ønsker å stoppe dette så fort som mulig, men trenger din hjelp! Så benytt linken under, støtt oppropet og gi din signatur mot etablering av ny skytebane på Lahaug!

Aksjonskomitéen består av Naturvernforbundet avd. Grorud og Nittedal, Gjelleråsmarkas Venner og Holum Skog Velforening.

Rita Gundersen
Naturvernforbundet i Groruddalen

hf

Gamle plater ønskes kjøpt

LP'er, EP'er og singler fra 50-tallet
og frem til i dag, samt CD'er og andre
musikkrelaterte ting som blader,
plakater osv. kjøpes.



Har du noe liggende, så ta kontakt

90681585 / jon@sandem.no



REGISTRERT EL.ENTREPRENØR

HOLMSENS

Elektro as

TLF. 91 74 14 89

FREDHEIMVEIEN 3 • 1087 OSLO • E-post: installasjon@holmsens.no

Vi søker etter personer til Frivilligsentralen på Høybråten

Som alle andre har også vi en naturlig avgang/fracfall av våre frivillige.

Vi søker derfor etter personer som er villig til å gjøre en innsats for nærmiljøet vårt.

En dag kan det være deg som trenger litt hjelp.

Oppdragene kan være følgetjeneste til lege, sykehus etc.

Lette, praktiske oppgaver i hverdagen.

Hvis ikke tilgangen på frivillige fylles, kan utgangen være å legge ned sentralen her på Høybråten.

Det er miljøet vårt det gjelder!

Henv. på mail til oh-gr@online.no eller **tlf. 480 39 590**.

Rause ord . . .

**Jeg minnes no'n ord
fra min yngste sønn
som jeg trolig vil huske
ei ganske lang stønn.**

**For alle vi møtte
på vår vei . . .
de sa at pjokken
han ligna på meg.**

**Og jeg syn's jo at dette
var hygg'li å vite . . .
og det sa jeg til ham
uten å skryte.**

**Men selv om tassen
ikke var stor . . .
så klart'n å si
no'n trøstens ord.**

**Så det hender jeg våkner
og ler litt om natta ..
for guttungen svarte:
- Det gjøk'ke no pappa !**

Tekst: Per Kaarmo



www.frivillig-oslo.no

Frivilligsentralen Høybråten

Trenger du hjelp eller har du tid og ønsker om å hjelpe andre i nabolaget?

Frivilligsentralen er der for din skyld.

Vi trenger flere medarbeidere.
Vær med i vårt hyggelige miljø.

Vi er til tjeneste for de som ikke klarer seg selv.

Vi kan hjelpe deg med:

- Følge til lege eller lignende
 - Enkle handleoppdrag
 - Hjelp til å løse praktiske gjøremål som ikke krever fagfolk.
 - Hjelp til oppsett av TV og Data
- Ta kontakt med oss.
Vi holder til på Høybråten Stasjon.
Ring oss eller kom innom.

*Vi er å treffe ukens 5 første dager
mellom kl 10.00 og 12.30*



M.v.h. Ragnhild, Wenche,
Ann Mary, Kari og Odd
Tlf. 48 03 95 90



Høybråten Begravelsesbyrå

22 21 80 00

HELE DØGNET

Høybråtenv. 40, 1086 OSLO

www.hoybraaten-begravelsesbyraa.no



Høybråten Blomster

22 10 61 42

Høybråtenv. 40, 1086 OSLO

www.hoybraaten-begravelsesbyraa.no



Bli medlem av Høybråten Velforening

Velforeningens formål er å fremme medlemmenes felles interesse i området og virke for stedets kulturelle, sosiale og fysiske miljø, og beboernes trivsel og sikkerhet.

Du kan delta aktivt i styret, i en av våre mange komiteer, eller du kan bare være medlem.

Medlemskapet koster kr. 300,- pr. år for hver husstand.

Ønsker du medlemskap: Send e-post til

velhuset@hoybratenvelforening.no

Husk å oppgi navn, adresse, telefon og e-post-adresse.

Vi ønsker deg/dere velkommen.

Utleie av Velhuset

Priser:

Salen fredag-søndag kr 4000.- + kr 2000 i depositum

Salen mandag - torsdag kr 2000.-

Møterom 1 etg. mandag - søndag kr 600.-

Rabatt for medlemmer: salen kr 250.-, møterom kr. 50.-

Prisene er inkludert rengjøring i helgene.

Tillegg for rengjøring ved bruk av kjøkken og servise

på ukedager kr 1000.-

Velhuset tel. 22 21 79 67 mellom kl. 10.30-12.30 (hverdager)

Trude Erlandsen Rønning tlf. 977 99 5 31

e-post: truders@gmail.com

Høybråten Velforening - Linjebakken 4, 1087 Oslo

Hjemmeside: www.hoybratenvelforening.no

Klipp her

Grasrotandelen Høybråten Velforening

Organisasjonsnummer: 984136323



32774984136323

Klipp her

Spar miljøet

Send oss mail- adressen din!

Er du medlem av Høybråten Velforening?

Vi ønsker at du skal kunne få løpende informasjon pr. mail.

Hvis du ikke allerede har gjort det, ber vi deg sende din mail-adresse til: velhuset@hoybratenvelforening.no
Oppgi ditt medlemsnummer når du gjør dette.

Vel-Nytt deles ut til samtlige husstander på Høybråten.

Velforeningens styre og komitéledere:

Styret:	Navn	Adresse	Postnr.	Tlf. privat	Mobil/job	E-post
Leder:	Lars Ottersen	Skanseveien 3 B	1086 Oslo		48 16 14 13	l-ottersen@online.no
Nestleder:	Villy Kolstad	Bergtunvn. 1B	1087 Oslo	22 21 20 28	90 17 21 47	villykol@online.no
Sekretær:	Yvonne Grønhaug	Karl Anderens vei 10	1086 Oslo		90 18 96 12	yvonnegronhaug@gmail.com
Regnskapsfører	Nils Fossum	Bekkevollveien 11 C	1087 Oslo		90 02 48 61	nils@amphibia.no
Styremedlem:	Trude E. Rønning	Ellingsrudveien 18	1089 Oslo		97 79 95 31	truders@gmail.com
Styremedlem:	Harald Henriksen	Skogstien 7	1088 Oslo		92 80 92 09	hasht@online.no
Styremedlem:	Dag Oskar Jensen	Bekkevollveien 6C	1087 Oslo		98 20 33 32	dagoskar@icloud.com
Park- og huskomité:	Morten Bakk	Idrettsveien 13	1087 Oslo		95 80 04 56	morten@sigvartsen.no
Miljøkomité:	Morten Nicholls	Bekkevollvn. 10 B,	1087 Oslo	22 21 85 84	93 64 98 89	nicholls@online.no
Arr. Komité:	Winnie Kolstad	Bergtunvn. 1B	1087 Oslo	22 21 20 28	90 92 04 12	villykol@online.no
Distr.komité:	Lars Ottersen	Skanseveien 3 B	1086 Oslo		48 16 14 13	l-ottersen@online.no
Red.komité:	Dag Oskar Jensen	Bekkevollveien 6C	1087 Oslo		98 20 33 32	dagoskar@icloud.com
Valgkomité:	Glenn Mørk	Bekkevollveien 4 D	1087 Oslo		93 00 03 13	glennmork@online.no
Revisor:	Erik Nordal	Linjeveien 33 B	1087 Oslo	22 21 10 99	92 69 62 48	enord47@online.no
	Odd-Ståle Fimland	Margarethas vei 43	1473 Lørenskog	22 21 09 53	90 69 16 63	oddfim@online.no
Web-ansvarlig:	Anne Jenner	Bjerkeliveien 3 B	1087 Oslo	22 21 50 80	90 59 39 41	anne.jenner1@gmail.com
Frivilligsentralen		Linjebakken 4	1087 Oslo	22 21 79 67		frivillig@hoybratenvelforening.no
Leder:	Jan Henrik Haga	Bekkevollveien 15 A	1087 Oslo	22 21 16 28	92 48 92 16	jhhaga45@gmail.com
Velhuset:		Linjebakken 4	1087 Oslo	22 10 90 51		velhuset@hoybratenvelforening.no
Utleie:	Trude E. Rønning	Ellingsrudveien 18	1089 Oslo		97 79 95 31	truders@gmail.com

Bli medlem av Høybråten Velforening!

Send en mail til Velforeningen: velhuset@hoybratenvelforening.no

- skriv inn navn, adresse, telefonnummer og gjerne e-postadresse.



Våren er her og det er igjen tid for hagepleie og gressklipping



Er plenen din stor eller liten, enkel eller utfordrende?

Kom innom så hjelper vi deg med å finne en robotgressklipper som passer til din hage.



Et smartere valg

Med en robotklipper fra Husqvarna får du en velstelt plen og mere tid til andre aktiviteter. Grønvold Maskinservice er stor forhandler av Husqvarna Automower og lagerfører de fleste modeller. Vi har eget serviceverksted for robotklippere og tilbyr montering og vinterlagring av din maskin.

Nyt tiden til fritid og felles hygge og la robotklipperen ta seg av plenklippingen for deg. Ta turen innom oss for en hyggelig prat, eller kontakt oss for en uforpliktende befarig i din hage, så finner vi en robotklipper som passer til ditt behov.



Brobekkveien 112a, OSLO | Tlf 23 05 06 40
firmapost@gronvoldmaskin.no