

TETT PÅ

RØA IL
RØA VEL
RØA OG SØRKEDALEN MENIGHETER



Røa musikkfestuker 2021

I oktober går nok en gang denne lokale musikkfestivalen av stabelen med et variert og spennende program!

Fotballglede for alle

Røa IL jobber for at alle skal ha et tilpasset fotballtilbud - uavhengig av funksjonsnivå.

Småhusplanen revideres

Røa Vel engasjerer seg, og har sendt inn en uttalelse til Oslo kommune. Hvordan påvirker dette deg som Røa-beboer?

Tett på

Tett på er definert som et uadresert informasjonsblad og kan iht § 17 i Lov om markedsføring distribueres i alle postkasser.

Nr 3 - 2021

Tett på er et gratis blad som deles ut til alle husstander på Røa og i Sørkedalen. Ansvarlig utgiver er menighetsrådene i Røa og Sørkedalen kirker. Oppslag: 5600

Redaksjon

Redaktør: Kristin Janset
Ragnhild Hypher
Roald-Einar Ottersen
Linn Myrtveit Stensrud

Distribusjon

Sjåførene Kjell Roar Kjær og Einar Ersdal, i tillegg til ca. 30 frivillige Røa-ombærere. I Sørkedalen er det skolekorpset som sørger for at bladet havner i postkassene.

Vil du annonsere i bladet?


Kontakt Eva Ekrheim
eva@ekrheim.no
91530624

Kontakt

tettpa.roa@gmail.com
45483978
Nordengveien 9, 0755 Oslo

Vil du gi en gave?

Du kan overføre et selvvalgt beløp til:

 VIPPS 614457
Kontonr. 16441407207

Merk "Tett på".
Takk for ditt bidrag! Det gjør det mulig å gi ut bladet.

Produksjon

Layout: Kristin Janset
Trykk: X-Idé as



Alt blir bra!

Røa Musikkfestuker arrangeres i år for 17. gang. Velkommen til 11 konserter og 3 gudstjenester fra søndag 24. oktober til og med søndag 7. november.

Årets tittel på Røa Musikkfestuker er «Alt blir bra!». Det er lov å håpe. Når dette skrives i slutten av august, er smitten dessverre stigende, men vi tror og håper at alt blir bra slik at vi får anledning til å oppleve Røa musikkfestuker igjen. Vi klarte det jo i fjor i 2020, riktig nok med sterke begrensninger på antall publikummere, så vi får håpe at vi nå er tilbake 24. oktober med et mer normalt antall besøkende på konsertene våre.

Nå som så mange er vaksinerte, får vi håpe at nedstengningen av samfunnet er et tilbakelagt stadium og at vi kan se lysere på tilværelsen, som barna håpet da de laget plakater med «Alt blir bra!» og tegnet regnbuen over.

Det er lenge siden vi har vært mye ute og truffet andre, så nå er det viktig å våge seg ut igjen. Gå gjennom den vedlagte brosjyren, finn en konsert eller flere du tror passer for deg, og skaff deg billett. Og kanskje du finner



Gunnar Petersen-Øverleir,
organist

Røa og Sørkedalen menigheter

Kontakt



Tlf.: 23629430

E-post: post.roa.oslo@kirken.no

Adresse: Nordengveien 9,
0755 Oslo

en konsert du tror *ikke* passer for deg? Ta sjansen, la deg utfordre, kanskje du får oppleve noe helt nytt!

På Røa Musikkfestuker oppfører vi musikken live og akustisk. Kom og hør vårt flotte Ryde & Berg-orgel med alle dets farger og klangnyanser, vårt nydelige Bechstein-flygel, og opplev Røa kirkes flotte akustikk.

Ta godt vare på programmet til Røa Musikkfestuker som ligger vedlagt i «Tett på» og velkommen til gode konsertopplevelser! Og så satser vi på at årets musikkfest blir bra, ja, at «Alt blir bra!».

Se også side 12-13.

Billetsalg og mer informasjon finner du på:

www.musikkfest.net
og
Facebooksiden
"Røa musikkfestuker"

Har du en 4-åring hjemme?

Da er dere hjertelig velkomne til 4-årsbokutdeling og klubb!



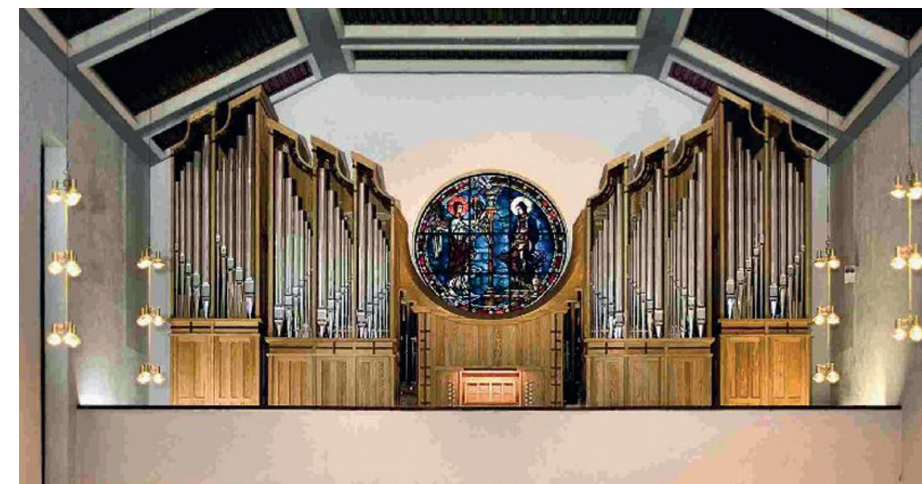
Søndag 31. oktober kl. 11 er det gudstjeneste med utdeling av 4-årsbok i Røa kirke. Alle som fyller 4 år i 2021 får utdelt «Min kirkebok 4» under gudstjenesten. Den inneholder sanger og bibelfortellinger, og barna blir kjent med Bo og Nora som gjør mye morsomt sammen.

På klubben blir det sang, lek, bibelfortellinger og aktiviteter med utgangspunkt i boka. Det blir også litt å bite i. Klubben er kl. 17-18 mandagene 27. september, 11. oktober og 18. oktober.

For påmelding og spørsmål kan du sende mail til Ingrid Neset på in896@kirken.no.

Velkommen!

Mer musikk: Oslo Orgelfestival



Oslo orgelfestival ble gjennomført første gang i 2017, og vi i Røa menighet har vært med på å arrangere denne årlige festivalen siden starten. Oslo orgelfestival arrangeres i år i perioden 26. september til 3. oktober, og dette gir deg anledning til å reise rundt i Oslo og få høre mange av de flotte instrumentene som finnes her i byen.

Tirsdag 28. september blir det konsert i **Røa kirke** med cello og orgel. Deltagere er Kjersti Rydsaa på cello og vår egen

organist Gunnar Petersen-Øverleir. Kom og hør vårt flotte Ryde & Berg-orgel med alle dets farger og klangnyanser. Verker av Bach, Vierne, med flere. Billett kr. 150,-.

Hele programmet for festivalen finner du på Oslo orgelfestivals facebookside eller på kirken.no/osloorgelfestival

Innhold

Spor av Elke

Det er fem år siden Elke Thake dukket opp i Røa kirke med ønske om å bidra og å lære norsk. Nå reiser hun tilbake til Tyskland

Side 5

Gratulerer til årets konfirmanter!

Her kan du se årets flotte konfirmantkull.

Side 7

Småhusplanen under revisjon

Oslo kommune har åpnet for innspill fra befolkningen i denne prosessen, og Røa Vel har utarbeidet en uttalelse. Her kan du lese om hovedpunktene.

Side 8-9

Røa musikkfestuker 2021

Kor, korps og mye mer er å finne på programmet for årets musikkfestuker. Her får du møte noen av årets utøvere.

Side 12-13

Bevegelsesglede i Oslo-skolen

Sterkere og tettere samarbeid mellom skole og idrett i lokalmiljøet, det er målet for Røa ILs samarbeidsprosjekt med Bogstad skole

Side 14

Fotballglede for alle

Med sine lag for personer med funksjonshemninger har Røa IL et unikt tilbud. Nå jobber de for å bedre tilbudet innen fotball, ikke bare på Røa, men i hele Norge!

Side 15

Kvinnehelse på Røa

Det er et økende fokus på kvinnehelse i samfunnet. Osteopat Ingrid Nicander forteller hvordan det er å jobbe innen dette feltet - på Røa.

Side 18-19

Hva har vi lært?

Svein Aage Christoffersen spør seg hvilken lærdom vi egentlig sitter igjen med etter halvannet år med pandemi.

Side 21



**BRILLER
KONTAKTLINSER**

Røa Optikk
Vækerøvn 197,
0751 Oslo
Tlf 22500515
post@roaoptikk.no
www.coptikk.no

**TAKST
SENTERET**

Takstmann Helge Jensen
900 33 423
Din lokalkjente takstmann ved
Arv
Skifte
Salg
Seksjonering

TEGoVA Residential Valuer

Medlem av
Norsk takst

**INGENIØR
KNUT LARSEN AS**
aut. rørleggerbedrift

22 13 18 20
www.knutlarsen.no

Logo for Rørkjøp

Vi gjør små og store elektrikerjobber - hos private og næringsdrivende

RØA ELEKTRISKE
Autorisert elektro - og teleinstallatør

22 50 75 00
www.roaelektriske.no

EL-PROFFEN

**K. EKSRHEIM
OSLO**

Riktig første gang! Team Ekrheim

DAGLIGVARER EN GROS
www.ekrheim.no

**LIONS
INTERNATIONAL**

Berg Lions Club

GI OSS BØKENE DINE

Vi tar imot bøker (ikke leksikon) og LP/CD'er i Godals vei 12, Tåsen, mandager kl. 18:00-19:30. Grunnet koronasituasjonen kan mottaket i perioder bli stengt, og vi kan dessverre ikke for tiden hente bøker.

Se info på facebook.com/LionsBokmarkedet

Ring 988 31 809 eller 988 32 061 hvis du har spørsmål.

Berg Lions Club, E-post: zilk@berglions.no, Hjemmeside: www.lions.no/berg, Mob (tlf: 915 75 763)

joker
VÆKERØVEIEN 167 A
TLF: 48 10 71 79

Mandag - lørdag: 08:00 - 23:00
Søndag: 09.00 - 22:00



Vi er der for deg i Røa og Sørkedalen, når du trenger oss!

Telefon: 03024
Alltid åpent, hele døgnet!

wang
NORGES ELDSTE BEGRAVELSESBYRÅ

www.wangbegravelse.no

I fem år har hun dugnadsjobbet i Røa kirke de fleste mandager. Over alt, i kjeller, tårn og midt imellom har hun sloss mot rot og støv og skitt og slitasje som har samlet seg gjennom 80 år.

Tekst og foto: Jorun Fougner

Det er fem år siden menighetsbarnehagen fikk nytt bygg og flyttet ut av menighetslokalene. Det er fem år siden det ble planlagt dugnad for riving av vegger og gulv, sjauing, rydding, vasking, skraping, sparkling, maling, ommøblering og sortering av gjenbruks-saker. Med meget mere! Det var akkurat da Elke Thake, nettopp ankommet Norge som dinglekone fra Stuttgart, dukket opp på prestekontoret på Røa og lurte på om det var noe hun kunne gjøre i kirken sammen med noen som kunne lære henne å snakke norsk. Hun skulle være her ett år, kanskje to.

- Når har du lyst til å begynne?
- NÅ!

Elke ble overlevert til «mandagsgjengen» som dugnadsjobber i kirken en dag i uken, ute eller inne etter vær og føre. Det ene eller de to årene er blitt fem, med trofast fremmøte og kraftig innsats, Elke er uten angst for å bli svett, skitten eller å brette negler. Det er hyggelig å ligge på alle fire og fjerne ugress mellom hellene i borggården en solskinnsdag og la skravlen gå – stadig mer på norsk enn på tysk og engelsk. Ikke fullt så hyggelig å grave i sluk, vaske ned doer, eller skrape støv og skitt som har vokst vilt i krokene siden kirken var ny i 1939. Elke tar alt med samme gøts.

Hvordan havnet du i Røa kirke?

- Ren flaks, vil jeg si! Vi leide et hus på Hovseter. Jeg så meg omkring og fikk øye på et kirketårn, og så gikk jeg dit. Senere oppdaget jeg at Hovseter hører til Voksen kirke, men da hadde jeg jo etablert meg på Røa allerede.

Men du er jo katolikk?

- Ja. Men først og fremst er jeg økumen. Jeg tror ikke noe kirkesamfunn eier sannheten alene. Vi har Bibelen felles, men vi tolker den individuelt og litt forskjellig, uansett hvilken retning vi tilhører. Som institusjoner er begge feilbarlige. Den katolske kirke må ta et kraftig oppgjør med seksuelle overgrep, men den protestantiske kirken er heller ikke uten

Spor av Elke

feil og mangler.

- Min mann er protestant. Alt før jeg møtte ham, ønsket jeg å inngå et blandet ekteskap – jeg visste fra min egen oppvekst at det kunne gi fruktbare diskusjoner. Vi ble viet katolsk, men de fire barna våre er døpt inn i den protestantiske kirken, og har forholdt seg til den med ulik grad av nærhet og fjernhet gjennom oppveksten.

- Ingen kan diktere en annens tro, og jeg tror Gud møter og bruker mennesker på forskjellige måter. Jeg er kristen, og jeg tror at for meg går veien til himmelen gjennom Jesus. Men jeg kan selvsagt ikke si at jøder eller muslimer ikke kommer til himmelen. Det er en sak for Gud. Hvis alle mennesker er skapt av Gud, vil alle få en mulighet til å møte ham. I Det nye testamentet møter vi stadig mennesker som ikke lever og handler som de burde, men som Jesus åpner veien til himmelen for. Jeg tror det må gjelde mennesker med helt andre religioner også. Og vi gjør alle både gode og onde gjerninger i livet. Jeg tror alle gode gjerninger er av Gud, uansett

hvilket motiv mennesker har for å gjøre dem.

Nå gjør du alvor av å flytte tilbake. At på til blir du bestemor til høsten. Men vi håper du kommer til å savne Norge og Røa og gjengen du har jobbet med.

- Ja. Men mest kommer jeg til å savne naturen. Den kan jeg ikke ringe eller sende e-post til. Alle Oslos mange utsikter. Gå på langrenn i Sørkedalen. Øyene i fjorden. Blanding av sjø og skog og fjell. Byens spesielle topografi, som skaper helt spesielle boligområder, med mye fin utsikt.

Og du kommer selvsagt tilbake for å repetere norskkunnskapene?

- Det gjør jeg nok!

Å plukke søppel er en del av dugnadsjobben ute





EIE Røa selger ikke bare en *bolig*, men et hjem

Både mennesker og boliger er forskjellige, men en vellykket prosess har alltid én viktig ingrediens: Tid til å gjøre det ordentlig. Våre kunder har lagt ned mye innsats i sine hjem og sine prosjekter - de fortjener det samme fra oss.

Ta kontakt for *premium rådgivning*

Griniveien 10 | 22 51 11 11 | roa@eie.no

EIE eiendomsmegling

Gratulerer!

Årets konfirmanter har hatt en annerledes konfirmanntid med digital undervisning, leir i sommerferien og utsatt konfirmasjon. Helga 4. og 5. september ble de endelig konfirmert, og her er de!



Foto: Fotograf Klavestad as

Konfirmantene i Røa og Sorkedalen 2021

Agathe Digre
Alvar Viljami Impola Gjerde
Anette Tolås Borbe
Anne Marie Dahl Franck
Arthur Kolsrud Vuillaume
Astrid Emilie Høst
Birk Beer Gausdal
Carina Wik Alfredsen
Christian Gyldenskog-Aabø
Christina Stensby Hansen
Elias Akseli Impola Gjerde
Elise Klafstad
Emilie Berg-Nielsen
Erik Bentzen
Erle Levie Hammer Solberg
Erlend Jebens Bakke
Filippa Bjerke Stjernstedt
Franka Johanna Gaarder
Gard Gallefoss Tillung
Hannah Krogvold Axelsen
Hedda Sveen

Helene Pillgram Evers
Helma Emelie Skaldebø-Rød
Herman Sagedahl
Håvard Rekve Lian
Ingeborg Olsen Aamlid
Ingrid Solheim
Jakob Solli Vågen
Jenny Kristine Bergan
Johanne Tannum
Jonathan Haugom Syran
Josefine Gunnarsson
Julia Kloster-Jensen
Julian Tørnqvist Horn
Kristian Standal
Lina Paula Lund
Lukas Horn Gamst
Lykke Udem-Kjeldstad
Madelen Thorstensen
Magnus Trengereid Straume
Maria Helene Gundersen
Martine Myhrvold Jacobsen

Mikkel Wiedemann Wieland
Nils Eirik Wigernæs Aaby
Oda Tjelle Jacobsen
Oscar Heyerdahl Delaunay
Petter Mellegård Brandt-Rasmussen
Philip Krogsgård Nybo
Sander Holmedal Bjerke
Sara Sommer Bjørnson
Sean Kristoffer Gravrok
Sebastian Torkildsen Stang
Sigrun Lilja Kristjansdottir
Silje Marie Skjellum Kristengård
Sindre Solli Vågen
Sivert Wangensten Berge
Sondre Høien-Andersen
Sophia Juliette Skjelnes Sørbu
Thea Viktoria Hillestad
Theo Coulthard Herlofsen
Theodor Magnus Ricou
Tiril Croline Hansli
Øyvind Fagerli Aslaksen

Innspill til revisjon av småhusplanen

Reguleringsplan for småhusområder i Oslo ytre by styrer hvordan det kan bygges og fortettes på eiendommer som er omfattet av planen. Den legger også begrensninger for hvor mye det er lov å bygge på tomtene. Rundt 28 000 eiendommer i Oslo er omfattet av Småhusplanen, herunder de fleste småhusområdene på Røa. Nå skal planen revideres.

Tekst: Gro Helgesen, styremedlem Røa Vel

Bakgrunn

Småhusområdene er en viktig del av Oslos varierte boligstruktur. Oslo kommune ønsker å ta vare på historiske og grønne kvaliteter i disse områdene. Samtidig viser grøntregnskapet for Oslo i perioden 2013-2017 at det har blitt mindre vegetasjon, særlig i ytre by, mye som et resultat av fortetting i småhusområder.

I den politiske plattformen for byrådssamarbeidet mellom Arbeiderpartiet, Miljøpartiet De Grønne og Sosialistisk Venstreparti i Oslo gis det uttrykk for at byrådet vil ta bedre vare på byens småhusområder ved blant annet å revidere Småhusplanen. Den reviderte planen skal ifølge byrådet bidra til å skjerme småhusområdene for ytterligere fortetting og sørge for et sterkere vern av de grønne verdiene når det bygges innenfor Småhusplanen. Småhusområdenes karakter og kvaliteter skal bevares, det skal legges til rette for mer klimavennlige utbygginger, og det er ønske om å forenkle planen for å gjøre kommende byggesaker enklere og billigere å gjennomføre.

Innbyggermedvirkning

Oslo kommune la på forsommeren ut en åpen invitasjon til innspill og merknader til Småhusplanen. Styret i Røa Vel har på denne bakgrunn drøftet synspunkter på og erfaringer med Småhusplanen og utarbeidet en uttalelse som er oversendt Oslo kommune innen fristen 16. august 2021.

Røa Vel



Nettside: www.roa-vel.no

Facebook: RØA VEL

E-post: post@roa-vel.no

Røa Vel mener at regulering av småhusområdene må baseres på at:

1. Boligområdenes estetiske uttrykk vektlegges
2. Det stilles tydelige krav til funksjonelle uteområder
3. Kulturminnefaglige og miljømessige kvaliteter knyttet til eksisterende bebyggelse ivaretas
4. Landskap, vegetasjon og biologisk mangfold ivaretas på en helhetlig måte
5. Trafikksikkerhet og parkering ivaretas
6. Grønne lunger, turveier, smett og snarganger bevares og videreutvikles i boligområdene for lek, rekreasjon, mobilitet, vegetasjon, lys og luft
7. Bydelsutvalgenes uttalelse tillegges vesentlig vekt i saksbehandlingen for å sikre lokaldemokratiet i Oslo og ivareta viktige lokale synspunkter

Visjon: Røas småhusområder skal utvikles til beste for miljø og trivsel, ved bevaring av og tilpasning til strøksidentitet og steds-kvaliteter.

Som våre lesere vil være kjent med er Røa Vel svært opptatt av kvaliteten i boligutviklingen på Røa. Det gjelder både den nye blokkbebyggelsen og en sterkere bevaring av småhusmiljøet (se tidligere innlegg i «Tett På» og uttalelser på våre hjemmesider). Erfaringer og synspunkter fra dette engasjementet er oppsummert i ni punkter i notatet som er oversendt Oslo kommune (PBE). Arbeidet har samtidig resultert i en egen strategi for styrets arbeid med Småhusplanen, som også er videreformidlet i notatet. Nedenfor følger en kort oppsummering av hovedpunktene i uttalelsen.

Merknader til revisjon av Småhusplanen

Mye boligutbygging og -fortetting bryter etter vår oppfatning med intensjonene for Småhusplanen. Det er en ubalanse i forholdet mellom innbyggerne og utbyggerne, hvor det tas for lite hensyn til innsigelser fra naboer. Det gis dispensasjoner som ofte har negative konsekvenser for naboer, etablerte boligstrøk og for den langsiktige bo- og strøkskvaliteten. Her må det skilles tydelig mellom den bymessige fortetting knyttet til «knutepunktstrategien» - som har vært sterk i Røa sentrum - og den fortettingen som kan skje innenfor Småhusplanen.

Fortettingen har gått for langt grunnet omfattende seksjonering

Mange fullt beboelige hus rives og eiendommene seksjoneres for å maksimere boarealet. Det vil si at det etableres boligsameier med flere boenheter på samme

eiendom. Riving er ikke bærekraftig, og fortettingen går på bekostning av uteareal og avstand mellom husene – både innenfor og mellom eiendommene.

Arkitektoniske «avvik» begrunnet i mål for utnyttelsesgrad

Småhusplanen skal sikre harmonisk og strøksstilpasset fortetting. Men målreglene (angivelse av tall for bygningers høyde, bebygd areal, uteareal, avstander til vei, nabogrenser etc.) blir ofte i for stor grad førende for det arkitektoniske uttrykket.

Stedstilpasning ignoreres, kulturhistoriske forhold gis for liten vekt og stedsidentitet svekkes

Utparsellering av tomter for husbygging begynte på Røa tidlig på 1900-tallet. Mer omfattende utbygging i 1920/40-årene førte til nabolag med ensartet arkitektur og arealdisponering både ute og inne. Frem til i dag, med økt press på boligutbygging, har Røas bebyggelse blitt oppfattet som ensartet og stedstilpasset. Sammen med bevaring av historiske hus, plasser og steder har det gitt Røa kvaliteter som følger dagens politiske mål for gode boområder.

Kvalitet i uteareal, miljø og grøntareal er for lite hensyntatt

Takterrasser er uegnet for lek, og beplantning over underjordiske bygg gir ikke grobunn for erstating av store trær. Dette utgjør svakheter i måleregler for beregning av uteareal.

Parkering nedprioriteres

Trafikksikkerhet tilsier at krav om parkering på egen eiendom må opprettholdes i vårt nabolag. Ellers legges det økt trykk på smale villaveier uten kapasitet til økt parkering, som medfører mulige negative konsekvenser for både utrykningstjenester og skoleveier.

Tilrettelegging for ekstra boenhet uthuler Småhusplanens intensjoner

Oftes ses en skjult tilrettelegging for fremtidig etablering av ekstra boenhet i underetasjen, men uten at den ferdigstilles helt. Da trenger tiltaket ikke oppfylle krav til uteareal, parkering o.a. som gjelder for en ekstra boenhet. I praksis er det svært enkelt å etablere en separat boenhet i ettertid.

Utbyggere tar seg til rette – viktig med gjennomsettighet, kontroll og reelle sanksjonsmuligheter

Profesjonelle utbyggere utnytter svakheter i Småhusplanen, og det er vanskelig for naboer å vurdere om reglene for gesimshøyde eller utnyttelsesgrad er overholdt. Det vil styrke tilliten til forvaltning-

gen og naboenes rettsvern om utbygger plikter å legge frem tegninger og beregninger på en slik måte at utbyggingen kan etterprøves.

Innskrenking av småhusplanens dekningsområde

Den nødvendige bymessige fortetting i knutepunktstrategien tilsier forsterket behov for å ivareta småhusområdenes samlede omfang og kvaliteter.

Røa Vel henstiller om restriktiv praksis mens Småhusplanen er under revisjon

Hensyn til åpenhet og etterprøvbarhet i utbyggingssaker må styrkes, og utomhusplaner må tillegges stor vekt. Det er særlig viktig at revisjonsperioden ikke blir en periode med omfattende dispensasjoner og nedsatt kontroll.

Videre prosess

Det skal gjennomføres et medvirkningsopplegg der et utvalg vil delta og derved bidra ytterligere til kunnskapsgrunnlaget for et forslag til revidert Småhusplan. Plan- og bygningsetaten vil utarbeide forslag til ny reguleringsplan i løpet av 2021

og har planlagt en høringsrunde i begynnelsen av 2022. Politisk behandling i bystyret er planlagt høsten 2022.

Hele uttalelsen fra Røa Vels styre er lagt ut på vår hjemmeside.



Et aldersvennlig Røa

Røa Vel har lenge hatt ønsker om en større satsning på uteområdene våre. Nå muliggjør støtte fra bydelen et mer omfattende engasjement for at vi skal kunne bevege oss litt lenger, ta en pause underveis og dermed oppleve et aktivt og sosialt aldersvennlig Røa.

Tekst og foto: Torill Vestly, styremedlem Røa Vel

Gjennom Oslo kommunes satsning på en «Trygg og mangfoldig eldreomsorg» er bydel Vestre Aker tildelt midler som fremmer aldersvennlige tiltak. Det var derfor svært gledelig at gruppen «Grønne Lunger»s søknad om midler til blant annet mange gode benker i vårt nærområde ble innvilget med et betydelig beløp.

Oslo kommuneplan: En grønnere, varmere og skapende by

I handlingsplanen for en aldersvennlig by ønsker Oslo kommune at Oslo skal bli en grønnere, varmere og skapende by med plass til alle. Det er et mål at innbyggerne, uavhengig av alder skal ha mulighet til å leve frie og meningsfulle liv hvor de opplever tilhørighet, mestring og trygghet.

Et viktig ledd for å nå disse målene er at Oslo, gjennom tverrsektorielt samarbeid jobber for en aldersvennlig by med inkluderende og tilgjengelig miljø som fremmer aktiv aldring. Det skal bli lettere å delta i samfunnslivet som aktiv eldre. Det har også vært fokusert på fleksible transportløsninger, digitale plattformer,



Kirkeparken ved Røa kirke

helse, boliger og annet.

Røa Vels «Grønne Lunger» har i mange år valgt å prioritere ønskene som gjelder uteområder i lokalmiljøet. Oppgradering av flere uterom og turveier med gode benker å sitte på har stått øverst på ønskelisten. Grønne lunger, parker, turveier og fortau med muligheter for å sette seg ned kan også bli gode uformelle møteplasser. Grøntarealene, smettene og snargangene med hvilemuligheter er også med på å gjøre mobiliteten lettere.

Hva prioriteres tildelte midler til?

Røa Vel har nå fått muligheten til å styrke trivselen og mobiliteten i utemiljøene på Røa. Vi er derfor svært takknemlige overfor styringsgruppen i «Aldersvennlig

bydel» i Bydel Vestre Aker som har innvilget søknaden. Gruppen «Grønne Lunger» har derfor undersøkt hva de eldre i bydelen savner og ønsker seg i det lokale utemiljøet. Mange har kommet med innspill, og Røa Vel utarbeider nå en plan for diverse tiltak som kan gjennomføres. Som et eksempel vises til et allerede påbegynt samarbeid med Røa kirke og Røa Senter.

Kirkeparken ved Røa kirke har lenge trengt oppgradering, og ønskene har vært tydelig fra mange hold, også fra Røa menighetsråd. Her vil det bli fint med et par nye sittebenker og mer beplantning. Røa Vel bidrar med både parkbenker og beplantning.

Borggården ved Røa kirke er under utbedring og oppgradering. Her er det behov for noen nye gode sittebenker, beplantning som kan erstatte villvinsplantene på kirkeveggen, ekstra beplantning og blomsterkrukker.

I borggården pågår utbedring av vannbassenget. Planen er at vannbassenget skal tilbakestilles med fontene, slik det var opprinnelig. Borggården kan bli en flott oase i bydelen og plassen blir lettere og triveligere å ta i bruk for flere.

Planen inneholder også relevante tiltak andre steder som vi vil komme tilbake til. Bydel Vestre Aker og Røa Vel håper nå at tiltakene i høst vil bidra til at befolkningen får et enda triveligere Røa. Følg med!

Borggården ved Røa kirke

Røa Vel og sameiet Røa Bad

Et av Røa Vels ivrige styremedlemmer, Vigdis Fossmark, har helt siden hun kom inn i styret for over ett år siden vært opptatt av å holde Røa rent og fritt for søppel. Etter utallige telefoner og kontakter med etater og leverandører, fant hun til slutt funksjonelle søppelkasser og en ordning for å tømme dem. Med penger fra Røa Vel kan Vigdis smile bredt: Nå er de første søppelkassene satt ut ved Røa Bad!

Sameiet Røa Bad har på eget initiativ bekostet benker og blomsterkasser. Dette gir en viktig møteplass for beboerne, som ofte har behov for en benk og en møteplass. Blomsterkassene har også den funksjonen at de hindrer bilene i å kjøre «helt inn på trappen». Tiltakene bør derfor respekteres og er absolutt eksempler til etterfølgelse!

Vellet håper at det ikke bare er området ved Røa Bad som holdes pent og fritt for søppel, men alle steder på Røa. Bruk søppelkassene – tenk på miljøet! Hold Røa pent og trivelig!



Hva skjer med utbyggingen i sentrum?



Hver gang vi krysser Griniveien ved Esso-stasjonen, blir vi minnet om at det skal komme 56 nye leiligheter i sentrum, og at Esso stasjonens dager er talte. Men rivningen av hus på Skanskas tomter er stoppet, og stasjonen står der enda! Hva skjer nå?

I følge Skanskas søknad om byggetillatelse skulle både «Hårfint»-bygget og sykkelbutikken rives for å gi plass til to store boligblokker. Byantikvaren (BYA) har imidlertid sett på saken. I brev datert 12. mai i år til Plan- og bygningsetaten (PBE) fraråder BYA sterkt rivning av disse byg-

gene og anmoder om at sak om midlertidig forbud mot tiltak fremmes. Dermed har Skanska måttet ta dette til etterretning; de har trukket søknaden om rivning og gått i tenkeboksen. Saksbehandler i PBE har tidligere uttrykt at dersom Skanska velger å bevare de gamle bygningene, vil PBE behandle søknaden innen 1. oktober i år (ref. artikkel i Aftenposten 9.7.21).

Røa PlanForum har diskutert saken i løpet av sommeren. Skanska er flere ganger oppfordret til å delta. Forumet holder fortsatt fast på at det må utarbeides en samlet plan for utbyggingen av alle aktuelle tom-

ter som omkranser Røa krysset - Skanskas tomter inkludert. Planen må ta hensyn blant annet til Roas identitet, behovet for nye grøntarealer og god mobilitet i sentrum, inkludert løsninger for trafikken i Røa krysset.

I bydel Vestre Aker er det tverrpolitisk enighet om at Røa sentrum trenger en slik fremtidsrettet helhetsplan for å få til en god utvikling av Røa. Nå vil våre lokalpolitikere igjen snakke Røas sak overfor Rådhuset. Det blir spennende å se hva som skjer. Vi følger saken.

Kor på mange måter og korps som knapt spiller korpsmusikk

Kjent og kjært, nytt og utfordrende. Begge deler er nødvendig skal vi ha glede av musikk. Og begge deler er å finne i programmet for Røa musikkfestuker 2021. Vi har snakket med noen av utøverne fra årets festival om deres tanker rundt musikken.

Tekst: Roald-Einar Ottersen

Korsang er noe mange har hørt og kanskje har varierende opplevelser med. Kor kan være alt fra et vinglende skolekor til allsang på 17. mai og massive korverk med en stor gruppe sangere. Årets musikkfestuker gir imidlertid mulighet til å gjøre noen nye erfaringer med korsang. Dette gjelder ikke minst ved konsertene der manns- og kvinnestemmene har splittet lag.

Samstemt og gjennomiktig

Søndag 31. oktober er det konsert med Det norske Damekor. Koret er profesjonelt og holder et særdeles høyt nivå. Med bare 12 sangere blir musikken mer gjennomiktig og nær. Alle detaljer kommer fram, men man har heller ingen å gjemme seg bak om man skulle synge feil eller glemme tekst. Koret hadde en minneverdig konsert i Røa kirke for noen år siden.

I år skal de framføre Gabriel Faurés Requiem, og denne gangen kan den for første gang høres med kun kvinnestemmer og orgel, i motsetning til originalbesetning som involverer blandakor og fullt orkester.

Blir dette bare en litt begrenset utgave av den opprinnelige versjonen, spør vi dirigent Nina T. Karlsen.

- Nei, ikke på noen måte. Det blir bare litt annerledes. Når det bare er kvinnestemmer, blir lydbildet mer homogent, og jeg tør si litt varmere. Stemmene ligger naturlig nærmere hverandre og klinger enda bedre sammen. Og uten orkester, men bare orgel blir det hele mer gjennomiktig, alt kommer klarere fram. Alle som har hørt det kjente rekviemet før, vil få en ny opplevelse av stykket.

Representerer damekor noe annet enn mannsangforeninger også mer generelt?

- Selvsagt er det noe annet med bare kvinner. Det blir et annet miljø enn med bare menn. Repertoaret blir forskjellig, uten at



Det Norske Damekor

Foto: Mari Strømsbo Gjerv

jeg kan beskrive det sikkert. Damekor har ikke en like lang og tung tradisjon som mannsangforeningene, derfor blir repertoaret ofte mer moderne. Det viktigste er likevel de musikalske ferdighetene og lydbildet stemmene skaper sammen. Et damekor lyder annerledes enn et mannskor, de henter fram sine særegne sider i musikken. Forskjellene taler til begges fordel, - det gir variasjon.

Solistisk og massivt

Ensemble Rex slipper til seinere i uka, fredag 5. november, med konserten «Med en bukett». Hvem eller hva er denne bukett? Vi spør dirigent Jon Berg Eriksen, men får ikke et klart svar, så det må være åpent for fortolkning, - bare en henvisning til tankegangen bak dette korarbeidet.

- Ensemble Rex er et veldig ambisiøst prosjektkor som stort sett består av ganske unge menn mellom 18 og 26 år som utdanner seg eller er utdannet som sangere. På den måten er koret profesjonelt,

men de får ikke lønn for å synge der. Sangerne består for det meste av solister som også får ta med seg sin solistiske tilnærming inn i korsangen. Selvsagt er samsangen viktig, men det er et ideal for oss at alle skal få rom for å være solister også i koret. Vi synger på en «operatisk» måte: kraftig sang og stort lydbilde.

Selv om en bukett gir assosiasjoner til gode vakre blomster, er kanskje bukettene her at solistene til sammen danner en flott enhet? Lydbildet blir selvsagt annerledes med dypere mannsstemmer, men forskjellen er mer enn det.

- Jeg vil si at damekor har et mer harmonisk, kanskje litt smalere, mer gjennomiktig lydbilde, mens vi søker mer dypere og massiv klang.

Mange av oss forbinder mannsangforeninger med mer enn sang: et miljø, et fellesskap. Berlevåg mannsangforening framstår for mange som et slags ikon for



mannsang.

- Selvsagt blir det et miljø av å synge sammen. Det skal ikke underkjennes. Men Ensemble Rex er nok først og fremst basert på det musikalske. Vi ønsker å strekke oss så langt vi kan musikalsk. Sangerne er enkeltpersoner som hver for seg driver med sang på ulike måter, men som har koret som et godt kollegiale for å drive det videre.

- Mannsangforeninger har en lengre historie enn andre kor, og følgelig et større gammelt repertoar å hente sanger fra. Vi er glade i mange av de gamle sangene, selvsagt sammen med nytt som skrives. Men når vi framfører - også det tradisjonelle materialet - vil nok mange oppleve at det høres litt annerledes ut.

Korpsmusikk som ikke er korpsmusikk

Det er ikke bare korsang, men også annen musikk hvor vi så lett tror vi vet på forhånd hva vi får. Janitsjar er for mange

like sterkt knyttet til 17. mai og marsj som trekkspill er til St. Hans. Men det er noe ganske annet enn tradisjonell korpsmusikk vi får høre når Lilleaker Janitsjar avholder sin konsert onsdag den 3. oktober. Da blir det korpsmusikk for alle som ikke har spesiell sans for korpsmusikk!

Stein Erik Tafjord, tubaist i Brazz Brothers, er dirigent, og han har tatt med seg sterke elementer fra Brazz Brothers inn i Lilleaker Janitsjarkorps. Mye av musikken vi får høre er faktisk nyskrevet for korpset - av ham!

- Det er nok lite tradisjonell korpsmusikk å høre, mer ulike tradisjoner av jazz. Noe fra New Orleans og annet med andre afrikanske røtter. Litt gospel vil også være med. Selv om hovedsaken er brassmusikk, så vil det også være noe sang med i

konserten. Jeg har også hentet noe stoff fra Brazz Brothers som vi spiller. Jeg tror vi kan kalle det feel good-musikk. Musikk for alle, sier dirigenten.

Dette er musikk det svinger av. Det skulle kanskje vært rom for dans foran korpset?

- Det er riktignok mye rytmisk, svingende musikk, men det er også andre elementer. Noe av det gode med å spille i kirka er jo at folk sitter og lytter og dermed også får med seg andre elementer av musikken. Noe av det vi spiller passer spesielt godt i kirka, blant annet gospelsang, og vi vil også framføre Duke Ellingtons «Lords Prayer», altså Fader Vår. Den kan vel ikke finne et bedre sted å spilles.

Alt ligger til rette for en spennende konsert i Røa kirke.

Ensemble Rex
Foto:
David Dawson

Stein Erik Tafjord





Bevegelsesglede i Osloskolen

Bystyret ønsker sterkere og tettere samarbeid mellom idrett og skole i lokalmiljøet. Bogstad skole og Røa IL deltar derfor i satsingsprosjektet BIOS – Bevegelsesglede i Osloskolen.

Det er bystyret i Oslo som har bedt byrådet om å legge til rette for at skolene benytter seg av idrettslag for å heve kvaliteten på aktivitetsskolens (AKS) tilbud. Daglig leder i Røa IL, Roger Bjørn Hauge, forteller at Røa IL lenge har etterlyst et slikt initiativ. Klubbene sitter på mye kompetanse, godt utstyr, rutiner, systemer og arenaer som skolene kan ha nytte og glede av. Dette er med andre ord god utnyttelse av ressurser og samfunnsøkonomisk fornuftig.

Bogstad skole er først ut

I prosjektet som starter nå, begynner vi med de yngste fra AKS på Bogstad skole. Hovedidrettene vi kommer til å samarbeide om er bandy, fotball, langrenn og sykkel. Samarbeidsløsningen rundt BIOS-prosjektet burde være optimal; Røa IL stiller med arena, idrettsfaglig kompetanse, et strukturert opplegg og hovedtrenerne,

som Bogstad skole ikke selv har. Bogstad skole på sin side stiller med AKS-lærere og gymsal, når dette er formålstjenlig. Lærerne kjenner sine AKS-elever godt og kan bidra til en god gjennomføring, trygghet og ro for barna på aktivitetene.

Hovedmålet for Bogstad skole og Røa IL er å gi barna et godt og variert aktivitets-tilbud der barna kan utvikle seg fysisk, psykisk og sosialt gjennom å forsøke flere idretter i ulike miljøer. Under gjennomføringen av aktivitetene vil, som vanlig, verdiene til Røa IL – glede, mestring og raushet – ligge til grunn. Målet er å skape gode mestringsopplevelser for hvert enkelt av barna sammen med andre barn i trygge omgivelser. Prosjektet skal bidra til at barna får erfaringer som gjør at de kan finne ut av hvilke idretter de trives med og fortsette med disse. Noen vil like individuelle idretter, andre lagidretter. Noen vil like å konkurrere, mens andre er mest med for det sosiale.

Livslang bevegelsesglede

I en hverdag der barna i økende grad har tilbud og «fristelser» om digitale aktiviteter de kan gjøre alene fra sofakroken, er det kort vei til passivitet, isolasjon og liten direkte sosial kontakt. Røa IL og Bogstad skole ønsker å gi barna lyst til å være



fysisk aktive, sosiale og få en fysisk aktiv livsstil og glede av å bevege seg. Det vet vi at er bra for barna, familiene og hele samfunnet. Lykkes vi, skaper vi både livslang bevegelsesglede og sterke, langvarige vennskapsforhold for enda flere barn.

Idrettslaget håper og tror at resultatene vil medføre både at samarbeidet vil bli utvidet på Bogstad skole og at andre skoler vil følge etter.



Nettside: roail.no
Facebook: Røa IL
Instagram: roail.no
E-post: post@roail.no

Røa ILs tekster er skrevet av Per-Ivar Stokkmo

Parafotball i Røa IL



I over 25 år har Røa IL hatt et paraidrettstilbud. Nå jobber klubben for å bedre tilbudet innen parafotball, ikke bare på Røa, men i hele Norge!

Det begynte med Røa Unified, fotballaget for spillere med utviklingshemming. Siden 2017 har det også vært et lag for spillere med cerebral parese (CP) i Røa IL. Per i dag er Røa IL dessverre den eneste klubben i hele Norge som har et lag for personer med CP. Vi må til Danmark – som har satsset på CP-fotball – for å finne motstandere. Når det gjelder tilrettelagt fotball for personer med utviklingshemming, er det også svært få lag; i Oslo er det i praksis kun tre.

Personer med funksjonshemming er ingen uniform gruppe, selv om den ofte behandles som det. Vi ser særlig dette i CP-fotballen. Graden av funksjonshemming varierer stort og det samme gjør alderen på spillerne. På samme måte som for funksjonsfriske spillere, har CP spillerne også behov for et mer målrettet og individuelt tilpasset treningstilbud. For å lykkes med dette må antallet spillere være betraktelig større – både i Røa IL og i andre klubber.

Gode tilbud er viktig

Behovet for gode aktivitetstilbud for barn og unge med funksjonshemming er prekärt. Norge trenger nye løsninger som gjør at disse gruppene – som allerede er preget av utenforskap – får anledning til å møtes til trening og fysisk aktivitet. Sett fra et folkehelseperspektiv vil den fysiske aktiviteten sammen med det sosiale

aspektet være det viktigste for den lokale paraidretten. Fysisk aktivitet gjennom likeverdig deltakelse i paraidrett gir muligheten til å bli del av et inkluderende og utfordrende fellesskap som kan være med på å bringe barn og unge ut av isolasjon og ensomhet. Deltakelse i et slikt tilbud kan gi mestringfølelse og økt livskvalitet og kan på den måten ha positiv innvirkning både på fysisk og psykisk helse. Med inkludering og tilrettelegging kan vi bidra til at flere med funksjonshemming får gode liv på skolen og blir verdifulle bidragsytere i arbeidslivet senere.

Nytt prosjekt

Røa IL synes det er leit at Norge ikke lykkes bedre i sin satsning på paraidrett generelt. Til tross for at Røa IL har tatt initiativ overfor andre klubber, holdt foredrag og presentasjoner for Norges Fotballforbund, tilbudt å delta i oppstart og å dele våre erfaringer og kompetanse, er det ingen klubber som tar sjansen på å satse. Nå sitter Røa IL på kompetanse som er helt unik i Norge innen CP-fotball. Denne

bør andre klubber, Norges Idrettsforbund og Norges Fotballforbund utnytte og sørge for at andre får nytte og glede av før det er for sent.

Høsten 2021 starter Røa IL derfor et 3-årsprosjekt i samarbeid med Norges Idrettsforbund og Norges Fotballforbund med støtte fra Stiftelsen DAM. Målet er å løfte parafotballtilbudet i Stor-Oslo, slik at antall CP-fotballspillere og antall «Unified»-spillere øker i Norge. Det vil si at vi både ønsker at tilbudet skal vokse i Røa IL og at flere klubber skal våge å satse på CP-fotball og fotball for personer med funksjonshemming. Prosjektet har som mål å ha minst 20 nye CP-fotballøvere og 15 nye Røa Unified-spillere i løpet av perioden, samt å få etablert nye klubber med CP-fotball og to nye klubber med Unified-fotball i Stor-Oslo. Det siste har vist seg å være mer utfordrende enn vi skulle ønske, og vi har blant annet involvert Idrettsbyråden i Oslo for å ta dette videre til sine kolleger i andre kommuner i Stor-Oslo.





Det er morsomt med ski!

I fjor hadde vi historiens største langrennskull. Mandag 11. oktober starter vi opp for fullt med «kick-off» på Bogstad.

Vi ønsker spesielt velkommen til barn som er født i 2014, og selvfølgelig til alle andre barn og unge som ønsker å gå på ski!

Røa Aktivitetspark Voksenjordet er utviklet av Røa IL gjennom de fire siste årene til å bli en ski- og akearena for alle i bydelen: beboere, skoler, barnehager, Forsvaret og flere langrennklubber. Arenaen har nå permanent strøm- og vanntilførsel, lys- og lydanlegg, snøkanoner og enn så lenge, en liten tråkkemaskin.

For oss som bor på Røa, er arenaen på Voksenjordet verdifull. Tenk hvor privilegerte vi er som har et ferdig langrennstadion som blir klargjort, vedlikeholdt og står ferdig preparert for oss hver eneste dag gjennom hele vinteren.

Godt tilbud

For barn og unge i bydel Vestre Aker som vil være med i et langrennsmiljø er Langrennsgruppa i Røa IL et fantastisk alternativ. Kortreist, i gå-avstand og med et knallgodt miljø blant både store og små, og ikke minst svært dyktige trenere. Nye som kommer inn i klubben kan glede seg over at de blir tatt vel imot og godt tatt vare på av både voksne og treningsvenner.

Røa IL har en langsiktig satsning sammen med solide samarbeidspartnere og støttespillere, herunder gode avtaler med vår lokale sportsbutikk med spesialkompetanse innen langrenn på Røa, Bull Ski & Kajakk.



Vi er også stolte av at medlemskap i langrennsgruppa i Røa IL – til tross for at vi nå har det mest attraktive langrennsmiljøet og denne fantastiske arenaen – fremdeles er det rimeligste blant klubbene i vårt område.

Utvikling av dine ferdigheter

Uansett hvilket nivå du er på og hvilke ambisjoner du har, vil du finne deg til rette i langrenngruppa. Trenere og resten av støtteapparatet i klubben er svært erfarne og hjelper deg slik at du blir bedre på ski – om det er målet. Selv om vi har et langrennsmiljø der primærmålet er å gi gode, trygge og meningsfulle treninger, synes vi at det ligger mye læring i å delta på skirenn for de som har lyst til det. Selv om du ikke har et mål om å bli best, mener vi at du kan hente erfaring fra skirenn som vil være nyttig både i privatliv, skole og jobb.

Vinner Røa IL NM-stafetten denne sesongen?

I vinter sender Røa IL et sterkt seniorlag til NM-stafetten. Vi er så heldige at vi kan sette sammen et lag av de beste utøverne, blant andre Martin Johnsrud Sundby, Karstein Johaug, Andrew Mustgrave, James Clugnet og Eirik Lippestad Thorstensen. Vi har derfor store forventninger om plass og tror på gull til Røa IL i vinter.

Det er mye som skjer i Røa IL bandy. Her kan du lese om noe av det!

En helt spesiell sesong

Fjorårs sesongen var veldig spesiell, også for bandygruppa i Røa IL, og stort sett alle kamper ble avlyst for våre lag. Det betyr ikke at det ikke var full trøkk på Røa Kunstisbane Bogstad og i Bandygruppa til Røa IL. Ettersom det ikke ble avholdt kamper, var isen enda mer tilgjengelig for gjennomføring av treninger. Det har faktisk aldri vært avholdt så mange treninger og samlinger for barn og ungdom under 20 år som det ble gjort på isen på Bogstad i fjor vinter. Ivrigte trenere satte opp ekstra treninger både på hverdager og i helger for å holde aktiviteten oppe blant barn og unge i en ellers ensom hverdag.

Isen var også åpen for øvrige Røa-beboere, så lenge smittevernreglene tillot det. Sjeldent mange kom seg på isen i helgene i et år hvor den generelle skøyteinteressen i Norge virkelig tok av med islagte vann og lange kuldeperioder.

Årets sesong er noe å glede seg til

Årets sesong er så smått i gang, og vi har forventninger om at dette skal bli en mer normal sesong. De eldste lagene i Røa IL Bandy har holdt aktiviteten gående gjennom våren og sommeren med barmarkstrening, sykkelturner og på skøyter i ishall.

Forventningene til årets sesong er store. For første gang på mange år vil vi ha et eget juniorlag i serien. Etter mange år med målrettet innsats med ungdomslagene kan vi vise til NM-gull både i gutte- og smågutteklassen. Med dette har vi klart å bygge en base for en målrettet elitesatsing også for seniorlaget vårt. Dette laget vil hovedsakelig bestå av spillere som har gått ungdomsårene i Røa IL Bandy. Dyktige og ivrige spillere født i 2003, 2004 og 2005 vil få sjansen til å vise seg frem, og vi ønsker å satse på dem for å sikre opprykk til eliteserien. Røa er en gammel bandystorhet i Norge. Den satser vi nå på å gjenreise med spillere fra Røa og Sørkedalen som har «gått gradene» i Røa IL Bandy.

Jentebandy – et satsningsområde

De yngre lagene er i gang med jevnlig istreninger i ishaller i Oslo-området, men det er først i begynnelsen av november at sesongen virkelig starter for disse lagene. Vi har satset spesielt mot etablering av jentebandy for de yngste, og vi er glade for å kunne fortelle at vi har sikret en base på et 20-talls jenter født i 2010 og

Bandy - et tilbud "rett utenfor døren din"



senere. Disse kan nå boltre seg på egne jentetreninger, og de ivrigste trener også sammen med guttene. Vi kommer til å fortsette denne satsingen fremover og håper at jentene skal innta bandybanen på samme måte som de har erobret fotballen! Her har Røa IL et klart mål om å være en foregangsclubb, så alle jenter som har lyst til å trene bandy, bør ta kontakt med oss.

Bandyskole og lån av utstyr

De siste årene har vi arrangert bandyskole for de minste lørdag morgen. I fjorårets sesong var et 100-talls barn jevnlig innom for å være med på skøyte trening og veiledning av kyndige og hjelpsomme

Røa-ungdommer. Barna kunne låne utstyr, både køller og beskyttelsesutstyr. Så snart isen blir lagt i november, vil vi starte opp med ny skøyteskole for de yngste, og vi håper at flest mulig jevnlig tar turen i helgene for å lære å beherske skøytene.

Kaféen på Røa Kunstisbane Bogstad måtte dessverre holdes stengt i fjor på grunn av korona, men i år vil den være åpen for foreldre og andre som vil ta turen innom for å følge med.

Røa Kunstisbane Bogstad – et tilbud til alle

Så snart siste slag er slått på rangen i slutten av oktober, starter jobben med å få

lagt is på Røa Kunstisbane Bogstad. Som vanlig vil isen være tilgjengelig for alle.

Det å ha en utendørs kunstisbane i nærområdet er et privilegium. Her kan alle beboerne på Røa – store og små – rusle opp, ta på seg skøytene og ha en fantastisk dag på skøyteisen i frisk luft og tett på naturen – og det helt gratis. Dette kortreiste tilbudet dekker faktisk nesten 25% av kunstistilbudet i Oslo.



Ønsker du å styrke forholdet til din partner?

Menighetene i Vestre Aker prosti arrangerer PREP-samlivskurs hver høst. I år inviteres det til et to dagers kurs i Voksen kirke.

Tekst: Åshild S. Storheim

PREP står for The Prevention and Relationship Enhancement Program – et forebyggende og samlivsstyrkende program. Kurset er basert på vel 30 års forskning på samliv og parsamspill og tar for seg temaer som de fleste par kan kjenne seg igjen i. Modum Bad har innført, oversatt og tilrettelagt PREP for norske forhold.

Kursholdere i oktober er Åshild S. Storheim, parterapeut og diakon, og Knut Erlend Hjorth-Johansen, pedagog og administrasjonsleder. Begge er utdannede PREP-kursholdere fra Modum Bad og gleder seg til å holde kurs. De synes parforhold er utrolig spennende å jobbe med.

- Vi ønsker å senke terskelen for å delta på samlivskurs! Forskning viser at deltakelse på PREP-kurs øker kvaliteten på par-

forholdet, og at det kan redusere risikoen for samlivsbrudd med 50 prosent. PREP søker å forebygge og snu det negative, og å styrke og dyrke det positive. Parene skal få hjelp til å verne om det gode i parforholdet. På kurset øver vi på god og trygg kommunikasjon, og parene får mye tid til å snakke sammen om de temaene som tas opp. Vi gir verktøy for å håndtere konflikter på måter som bidrar til å bevare tillit og trygghet i relasjonen. Vår erfaring er at innholdet i PREP er relevant for de aller fleste par, noe deltakernes mangfold gjenspeiler. Velkommen på PREP-kurs i oktober!

Vil du være med på PREP-kurs?

Tid: Lørdag 16. oktober kl. 10-17 og søndag 17. oktober kl. 12-17

Sted: Voksen kirke, Jarbakken 7
Kursavgift: 1000 kr pr. par, inkludert kurshefte og lunsj begge dager

Påmelding eller spørsmål: kontakt Anette Norman på an628@kirken.no eller 40814123.
Påmeldingsfrist: 30. september
Les mer på prep.no



RØA GULLSMED FORRETNING

Lise og Kjell Fornebo

MODELLARBEID. OMARBEIDELSER.
REPARASJONER. BATTERISKIFT.
GRAVERING FRA EGGET VERKSTED

Følg oss på instagram:
[@roagullsmedforretning](https://www.instagram.com/roagullsmedforretning)
[roa-gullsmed.no](https://www.instagram.com/roa-gullsmed.no)
Vækerøvn 193A. Tlf 22505661



BOGSTAD MØBLER

Møbeltapetsering, gardiner,
interiør, søm og stoffer

GI GAMLE MØBLER NYTT LIV

marte@bogstadmobler.no
23 89 89 00
Sørkedalsveien 450

Tett på kvinnehelsen på Røa

De siste årene har det kommet mange nye helsetilbud på Røa, og flere retter seg mot en ofte ukjent, men stor pasientgruppe: Kvinner med underlivssmerter. En av dem som tilbyr denne hjelpen er osteopat Ingrid Nicander.

Tekst: Linn Myrtveit Stensrud

- Jeg skulle gjerne sagt at jeg hadde tanker om å jobbe med kvinnehelse i lang tid, men jeg må ærlig innrømme at det var litt tilfeldighetene som førte meg dit. Etter å ha bidratt som redaktør i Tidsskriftet Osteopaten, har jeg kommet over noen engasjerte kollegaer i miljøet. Så ble interessen vekket - behovet for økt søkelys på kvinnehelse kom tydeligere frem, og jeg ble mer og mer engasjert ettersom tiden gikk. For meg er kvinnehelse også så mye mer enn reproduktivsystemet. Kvinnehelse er kvinners helse. Eldre kvinner. Unge kvinner. Alle kvinners helse.

Her oppe på Røa

- Det at jeg endte opp på Røa handlet om tilfeldigheter og jobbtillbud. Jeg kjente Røa fra tidligere gjennom jobb under studietiden, og trives veldig godt «her oppe». Jeg setter så pris på de pasientene jeg har, og det er en viktig faktor for at jeg har blitt her – til tross for at jeg bor i en helt annen bydel selv.

Hva synes du er bra med å være her?

- Det beste med å jobbe på Røa, er mangfold og variasjon. Det er et vidt spekter av mennesker - og jeg er veldig glad i mennesker. Alle jeg møter har ulike historier å fortelle, og er det noe jeg virkelig setter pris på ved jobben min, så er det nettopp det. Jeg får møte og jobbe med mennesker i alle aldersgrupper og livsepoker – som deg og meg - «dama/mannen i gata».

- Røa har også gode behandlingstilbud. Her er det mange profesjoner samlet i



området, som forhåpentligvis fører til at flere og flere benytter seg av dem. Helse er viktig, men jeg opplever ofte eldre pasienter som forteller at de først nå har begynt å prioritere de tilbudene som finnes. For vi har bare én kropp, og det er viktig at vi prioriterer den og tar så godt vare på den vi kan.

Å jobbe med underlivssmerter

Hvordan er det å jobbe med underlivssmerter?

- Underlivssmerter hos kvinner er ofte en del av et større bilde. Det er gjerne sammensatte plager som krever kartlegging. Jeg møter mennesker på sitt såreste, og det er tøft. Å se mennesker som har det vondt, at det preger livene deres i så stor grad, er noen ganger en påkjenning. Men det å møte mennesker i sårbare situasjoner er også noe av det som er fint med denne jobben. Det viser hvor viktig det er å be om hjelp – spesielt når det gjelder

plager som lenge har vært tabubelagt.

-Jeg erfarer at det er en lettelse for mange å kunne snakke åpent om plagene. Plager de kanskje aldri har fortalt om til noen. Som terapeut har jeg i disse tilfellene en særlig viktig rolle: å få pasienten til å føle seg ivaretatt. Et helhetlig behandlingstilbud med sparring mellom kolleger, og på tvers av profesjoner, tror jeg er viktig hos særlig denne pasientgruppen.

- Jeg skulle ønske at flere kvinner - og menn - visste at underlivsplager er vanligere enn de tror. Enten det er forbigående eller langvarige plager som krever tettere oppfølging.

Kvinnehelse i vinden

- Kvinnehelse har endelig fått større fokus den siste tiden. Det har vært mangel på behandlingstilbud og oppfølging, og det er mindre tilgjengelig forskning på kvinners helse enn på menns helse. På mange måter kan ikke kvinners helse overføres til menns helse, og vice versa – av

Hvem:
Ingrid Nicander

Hva:
Osteopat D.O.

Hvor:
Helsefabrikken på Røa

Hvorfor:
Røa har blitt et sentrum for kvinnehelse

Underlivssmerter hos kvinner:

Vanlige lidelser er bl.a. vulvodyni, vaginisme og endometriose. Hver av disse lidelsene rammer ca. 10-20 % av alle kvinner gjennom livet. Det er foreløpig relativt lite kunnskap og få behandlingstilbud for dette.

naturlige årsaker. Når dette nå er satt på dagsorden, blir ringvirkningene mer åpenhet og kunnskap blant befolkningen.

Hvorfor tror du det har dukket opp så mange nye behandlingstilbud akkurat nå?

-Jeg tror at det er fordi det er behov for det. Det har det nok alltid vært, men nå møter vi dem.

- Jeg blir overrasket over hvor lenge en del kvinner går med plager før de snakker om det, eller oppsøker hjelp. Dette er ikke noe som bare «sitter i hodet», og jeg er derfor glad for at det nå tas viktige og store steg, som fører til bevisstgjøring og åpenhet. En må finne det behandlingstilbudet som fungerer for en selv. Kommer du til noen du føler deg trygg hos, er dette det viktigste.

- Jeg håper at kvinners helse fortsetter å være et tema vi snakker om og tilegner oss ny kunnskap om. At det blir satt av flere midler til kompetansesentre og spesialisttjenester i det offentlige, og at behandlingen blir mer tilgjengelig. På denne måten tror og håper jeg at terskelen for å oppsøke hjelp blir lavere.

Avkobling og joggetur

- For å koble av setter jeg gjerne på en vinylplate med Joni Mitchell, åpner en flaske italiensk rødvin og lager middag. Kanskje ikke akkurat det en som jobber med helse skal si, men jeg er tilhenger av å gjøre det man har lyst til. Så jeg kan også ta meg en joggetur for å koble av – hvis jeg har lyst til det.




Nye to-, tre- og fireroms
Tett på naturen i familievennlig lokalmiljø

PROSJEKTSELGERE:
Sterten, tlf. 901 72 006 – Melsgard, tlf. 474 63 838

OBOS www.obos.no/roakollen



17. MAI, JUBILEER, KONFIRMASJON, ELLER BRYLLUP

Hos oss får du festkaken over alle festkaker!

Åpent man-fre 9-16, ons 9-18, lør-søn 9-15



grinihjemmebakeri.no

Hva har vi lært?

Korona-pandemien ser i skrivende stund ut til å nærme seg slutten, selv om ingen vet når den vil være helt over. Men vi har begynt å se tilbake. Vi har vært igjennom en svært langvarig og svært restriktiv sosial nedstengning, og det er mange som ser tilbake og spør: Hva har vi lært av å være sosialt isolert?

Noen mener vi har lært at fremtiden er digital. Fremtiden er hjemmekontor, møter på nettet, færre reiser, undervisning på zoom og teams. Og vi har lært å holde digitale gudstjenester. Vi har fått et glimt av fremtiden. Jeg er ikke så sikker på det. Jeg tror det er noe helt annet vi har lært. Jeg tror vi har lært hvor viktig det er å ha en arbeidsplass å gå til, en skole der vi kan møtes, en lesesal der vi kan sitte ved siden av hverandre, lese og ta pauser – sammen.

Vi går ikke på jobben bare fordi vi må jobbe. Vi går også på jobben for å treffe andre og være sammen med andre, med det vi tidligere kalte for arbeidskamerater. Ordet «kammerat» er et fint ord i denne sammenhengen, selv om vi i dag heller snakker om kollegaer, som jo er mer kjønnsnøytralt. Ordet «kammerat» rommer noe mer enn at vi arbeider på samme sted. «Kammerat» rommer også en personlig forbindelse, en nærhet, noen ganger også et vennskap. Kollegaer har vi til vi får nye kollegaer. Kammerater kan vi ha livet ut.

Arbeidsplassen gir en mulighet for å kjenne på fellesskapet og kjenne at man hører til et sted. Arbeidsplassen er min arbeidsplass, min skole, mitt lærested. Å være på samme sted gir også rom for den personlige småpratene, de små replikkene om livets oppturer og nedturen som gjør at vi blir sett og kan se andre. De egner seg ikke på zoom eller teams.

Ikke alle arbeidsplasser er like gode, slett



Solskjerming

SKREDDERSYDD SOLSKJERMING

Besøk oss på Røa vis-à-vis Røa kirke

Gratis befarung og måltaking.

Ring 22 50 65 00
Vækerøvn 213, 0751 Oslo **NORSOL**
www.norsol.no

ikke. Men det henger ofte sammen nettopp med det sosiale, med mangelen på imøtekommenhet og vårt eget ønske om å bli sett og snakket med. Noen arbeidsgivere har sikkert lært at det er penger å tjene på hjemmekontor og møter på zoom. Men jeg tror at mange arbeidsgivere også har lært at et arbeidssted der de ansatte ønsker å være, en god skole og et godt lærested der elever og studenter liker å være til stede, det er et godt og produktivt sted for arbeid og læring. Et yrke lærer du ikke av å sitte for deg selv og lese en bok. Et yrke lærer du av andre i samme yrke. Jeg tror unge mennesker i tiden fremover vil velge yrker der de ikke blir overlatt til seg selv, på et hjemmekontor.

Vi har kort sagt lært at vi ikke bare har et hode, men også en kropp. Mennesket er et flokkdyr og trives best sammen med flokken - konkret, fysisk, legemlig. Det fysiske nærværet blir borte på nettet. Vi kan ikke møte den andres blikk, og ingen møter vårt blikk. Vi blir ikke sett, får ikke blikk-kontakt. Vi ser ikke bevegelsene i den andres ansikt, fargen i kinnene, de rastløse håndbevegelsene, eller at den andre er begynt å halte.

Gudstjeneste på nettet har vært viktige for mange i denne tiden. Men vi har også lært hvor viktig det er å være fysisk til stede i kirkerommet. Skjønt lært og lært. Vi har utvilsomt savnet det. Men har vi virkelig lært hvor viktig selve kirkerommet og kirkebygget er? Prekenen og salmesangen kan vi jo høre på nettet, og vi kan synge med, hvis vi har anlegg for det. Vi kan overvære dåp og bryllup og begravelse på nettet. Vi trenger ikke være til stede. Det eneste problemet er nattverden, men noen mener jo at også den kan formidles digitalt. Uansett kan hvem som helst forrette nattverden hjemme hos seg selv, hvis de ønsker det. Så hva er det vi mister, når gudstjenesten bare er på nettet?



GRAVSTENER
ASKER - BÆRUM - OSLO

- Distriktets største utvalg
- Flere hundre sten utstilt
- Alle prisklasser, gratis katalog
- Se også vår hjemmeside

SETTEM
STENINDUSTRI AS
Tlf. 67 80 21 00
Skollerudvn. 135, Lommedalen

www.settem.no

Vi mister kroppens egen erfaring av å være til stede i rommet og dermed kroppens erfaring av å være til, her og nå. Dermed mister vi også vår egen erfaring av å være kropp og av verden slik kroppen sanser den. Hvis vi bare kjenner verden gjennom de meningene vi har om den, blir den verden vi lever i veldig liten. Med kroppen får vi en helt annen erfaring av hva det vil si å være i verden, og i kirkerommet.

I en preken kan vi få høre at i kirken er det rom for alle. I kirken kan vi være i et rom som er for alle. Alle rom vil noe med oss, enten det er et klasserom, et sykerom eller en stue: Straks vi kommer inn, skjønner vi at dette rommet vil noe med oss. Vi skal lære, bli pleiet eller slappe av og være oss selv. Også kirkerommet vil noe med oss. Når vi trer inn, vil det åpne en dør til et rom som overskrider det livsrommet vi lever i til daglig. Det vil være et rom der vi kan hvile, fortvile, håpe og få nytt livsmot. For noen eller mange er rommets egen tale viktigere enn det som blir talt i kirken. Men for å høre rommets tale nettopp til oss, må vi være fysisk til stede.

Tekst: Svein Aage Christoffersen



NABOLAGS ADVOKATEN

ADVOKAT MORTEN PERSEN
Partner/Advokat MNA
Advokatfirma Morten Persen AS
Telefon: +47 908 33 624
Besøksadresse:
2. Etasje Røa Senter,
Vækerøveien 205, 0751 Oslo
www.nabolagsadvokaten.no



SAGA
BEGRAVELSESBYRÅ



Begravelse til riktig pris

Vi har prisgaranti på våre tjenester. Det sikrer deg den beste prisen, uten at det går på bekostning av service og kvalitet. Vi ordner alt det praktiske og er tilgjengelig hele døgnet. Hos oss er du i trygge hender.

Telefon: 4000 2460
sagabegravelse.no

Ny innskrisjon på gravstein kr 5800,-

Ny innskrisjon til fast lav pris.
Vi tilbyr også vedlikehold og oppussing
Stort utvalg av nye gravsteiner
Ring oss på telefon 4000 2448



GRAVSTEIN24
gravstein24.no

– en del av Ellingard Gruppen

Livets gang



Døde

Arild Jens Horgen
Eigil Wagle Riiber
Bjørn Vegard Kjærnes
Bjørn Edvard Sønju-Moltzau
Siri Grethe Orr
Jan Eirik Birkelid
Per Erik Hol
Anders Uppheim
Karl Torstein Grann
Sidsel Ellesiv Friis Larsen
Björg Elise Marie Rosmer
Torfrid Aud Mjelve
Kirsti Grete Wikene Hänninen
Hans Jørgen Gjertsen
Henriette Nikollne Olafsen
Marit Johanne Bruun Andersen
Ole Friman Grøtvedt
Tormod Holen
Grete Kristine Fagerhus
Oddbjørg Arnhild Preintoft
Jan Kristiansen
Gry Hov

Døpte

Lykke Aandstad Grøttumsbråten
Ella Sollien Syversen
Agnes Bie-Klaening
Maja Nordmo Platou
Magnus Morken-Stenseng
Leo Owesen
Lucas Mørkved Skurdal
Victor Brandt Voll
Liv Selven Kinge
Victoria Kure Agersborg
Håvard Reehorst Olderkjær
Dagny Staavi
Filippa Haakonsen Aanestad
Thea Bjørnstad Fredø
Loui Vedvik Heiberg
Nora Ingridsdotter Bereksten
Adrian Harald Mejlænder-Andersen
Aksel Kandorp
Kristoffer Bærug Kjær
Naelah Estelle Ferre-Biala
Håkon Særslund Teksle
Emely Constanse Raastad
Jacob Christopher Samsing
Louise Husevåg Bjørnson
Tuva Karlsen
Emma Bjørge Hoksnes
Fride Olave Vetlesen
Leo Olsen

Velkommen til kirken!

Nå har kirka vært stengt lenge, og vi har trykket programmet flere ganger i håp om at det skulle bli mulig å åpne opp igjen. Nå er vi endelig igang, og vi krysser fingrene for at det holder seg slik. Velkommen tilbake!



Sørkedalen

Lørdag 18. september kl. 13
Dåpsgudstjeneste
Roald-Einar Ottersen
17. søndag i treenighetstiden

Søndag 3. oktober kl. 10
Gudstjeneste
Helge Asbjørn Staxrud
19. søndag i treenighetstiden

Lørdag 23. oktober kl. 13
Dåpsgudstjeneste
Roald-Einar Ottersen
22. søndag i treenighetstiden

Søndag 7. november kl. 10
Gudstjeneste
Helge Asbjørn Staxrud
Nattverd
Allehelgensdag

Søndag 21. november kl. 10
Familiegudstjeneste
Roald-Einar Ottersen
Utdeling av 4- og 6-årsbok



Røa

Søndag 12. september kl. 11
Gudstjeneste
Roald Einar Ottersen
Dåp og nattverd
16. søndag i treenighetstiden

Søndag 19. september kl. 11
Familiegudstjeneste med menighetens barnehage
Roald-Einar Ottersen
17. søndag i treenighetstiden

Søndag 26. september kl. 11
Gudstjeneste
Helge Asbjørn Staxrud
Dåp og nattverd
18. søndag i treenighetstiden

Søndag 3. oktober kl. 11
Gudstjeneste
Helge Asbjørn Staxrud
Dåp og nattverd
19. søndag i treenighetstiden

Søndag 10. oktober kl. 11
Gudstjeneste
Roald-Einar Ottersen
Dåp og nattverd
20. søndag i treenighetstiden

Søndag 17. oktober kl. 11
Konfirmantpresentasjons-
gudstjeneste
Helge Asbjørn Staxrud
Dåp og nattverd
21. søndag i treenighetstiden

Søndag 24. oktober kl. 11
Gudstjeneste
Roald-Einar Ottersen
Dåp og nattverd
Åpning musikkfestuker
Vise Versa
Tormod Åsgård, trompet
22. søndag i treenighetstiden

Søndag 31. oktober kl. 11
Familiegudstjeneste
Roald-Einar Ottersen
Dåp
Atle Tømmervik, trompet
Utdeling av 4-årsbok

Søndag 7. november kl. 11
Allehelgensgudstjeneste
Helge Asbjørn Staxrud
Nattverd
Røa kirkes kammerkor
Allehelgensdag

Søndag 14. november kl. 11
Gudstjeneste
Roald-Einar Ottersen
Dåp og nattverd
25. søndag i treenighetstiden

Søndag 21. november kl. 11
Gudstjeneste
Roald-Einar Ottersen
Dåp og nattverd
Siste søndag i kirkeåret

Vil du være frivillig?
Sjekk hjemmesiden for å
se hvilke muligheter som
finnes!

Følg med på nettsiden og facebook for å holde deg oppdatert på hva som skjer og for å lese mer om aktivitetene.

kirken.no/roa Røa kirke
kirken.no/sorkedalen Sørkedalen kirke

Babysang

Tirsdager kl. 12
Vi synger kjente og kjære barnesanger, og etterpå er det kaffe/te og noe å bite i. Dørene åpner kl. 11.30. Påmelding via mail til Ingrid Neset (se kontaktliste)

Babysang i Røa kirke

Sørkedalen barnekor

Tirsdager på Sørkedalen skole i AKS-tiden
Koret ledes av Åshild Bergill Hagen. Alle som går på Sørkedalen skole har mulighet til å være med!

Kontakt Åshild Hagen på
ashild.b.hagen@gmail.com
48231195

Barnesang og familiemiddag

Tirsdager. Tidspunkt kommer.
Sangstund og lek for barn i alderen 1-5 år i følge med en voksen. Ta gjerne med hele familien!

Barnesang i Røa kirke

Røa kirkes kammerkor

Onsdager kl. 19.30-21.30
Blandakor for voksne. Koret synger klassiske verker og øver fram mot konserter og gudstjenester. Ledige plasser!

Kontakt Olav Morten Wang

Røa KFUK/KFUM-speiderne

Tirsdager kl. 18 - 19.30.
Første tirsdag i måneden er møtene ved Røa kirke.

Kontakt Sander Furuheim på
roaspeider@gmail.com
95491249

KRIK Røa

Annenhver fredag på Voksen skole. Ballspill, aktiviteter, andakt og noe å bite i.

Kontakt Hilde Kloster Smerud på
hilde.kloster.smerud@smerud.com
90116812

Lunsjtreff

Andre torsdag i måneden kl. 12
Hyggelig lunsj i menighetssalen for voksne mennesker som liker å treffes midt i uka.

Kirkehjørnet

Tirsdag og onsdag kl. 12-14.30
To dager i uka kan du stikke innom Kirkehjørnet, sør-inngangen av Røa kirke, for en vaffel, te eller kaffe og kanskje også en prat.

Kirkehjørnet på Røa

Samtaleforum

Første torsdag i måneden kl. 19
Suppe og samtale rundt ulike temaer. Sjekk hjemmesiden for program. Meld deg på på mail til ro946@kirken.no

Pusterom

Mandag kl. 19.30-20.30 minus 1. mandag i måneden
Åpen kirke med musikk, kveldsbønn, lystenning og bibeltekst. En rolig stund med rom for refleksjon og stillhet.

Ansatte og menighetsråd



Sokneprest:
Roald-Einar Ottersen
23629433 / 97718043
ro946@kirken.no



Kapellan:
Helge Asbjørn Staxrud
41907645
HS492@kirken.no



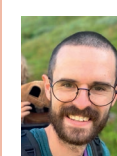
Daglig leder:
Hilde Tangen
23629432
HT366@kirken.no



Organist:
Gunnar Petersen-Øverleir (60%)
23629437 / 90156282
GP765@kirken.no



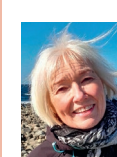
Organist:
Olav Morten Wang (40%)
99252267
OW828@kirken.no



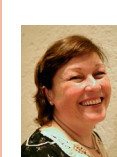
Trosopplæringsleder:
Espen Hjortland Valsø
97740953
ev266@kirken.no



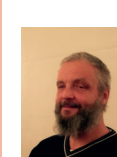
Trosopplæringsmedarbeider:
Ingrid Neset (50%)
90971616
IN896@kirken.no



Kirketjener i Sørkedalen:
Solfrid Larsen
94780052
solf-la@online.no



Barnehagebestyrer:
Ligia Maria Skaldebø
22505409
roamenighetsbarnehage@gmail.com



Menighetsrådet Røa:
Bjørn-Tore Nyrud Hansen, leder
90088267
bitihan@gmail.com

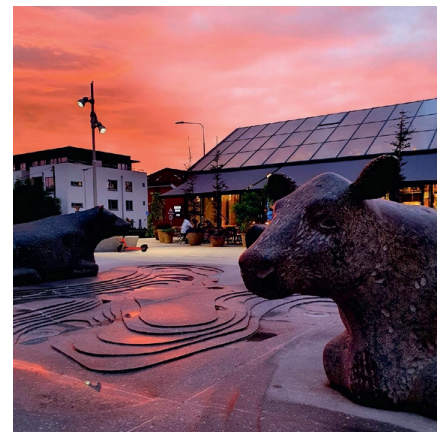


Menighetsrådet Sørkedalen:
Tore Berger, leder
90755491
tobe@online.no



TAKK FOR EN FLOTT SOMMER

NÅ SER VI FREM TIL
EN SPENNENDE HØST PÅ RØA TORG.
VELKOMMEN TIL OSS!



TORE HALS MEJDELLS VEI 5, 0751 OSLO

WWW.RØATORG.NO

 ROATORG  ROATORG

AIRE / ANNEN ETAGE / APOTEK1 / BLACK NAPKINS / BLADE BEAUTY / BLADE STUDIO / BRILLEMAGI / BURGER & DÜNER / CASHMERE HOUSE
CHRISTIANIA GLASMAGASIN / COOP MEGA / FLORISS / INDIQUE FLAVOURS / LIVELY ME / LOFTHUS SAMVIRKELAG / MIN BESTE VENN / NORDVIK
NORLI / OLIVELLE / PRINCESS / SUNKOST / SUSHI HUSET / THE SMOOTHIE FACTORY / THUNE / VIC / VINMONOPOLET / ÅPENT BAKERI