

OSLO S



ET MAGASIN FOR DEG SOM FERDES PÅ OSLO S | SOMMEREN 2022

**ØYHOPPING
I OSLOFJORDEN**

PORTRETET:

**Glenn
Solberg**

Tok Sverige til gull
i Håndball EM

Endelig er
Øyafestivalen
tilbake!



Aktiviteter

I SOMMEROSLO



Tid for uteservering og bading

Våren og sommeren er en favorittid for mange. Uteserveringene er endelig åpne, inkludert Ø sin store og flotte uteservering, badetemperaturene begynner å komme seg og klærne begynner å bli lettere.

I denne utgaven av magasinet kan du bli bedre kjent med øyene i Oslofjorden, som er perfekte badeplasser på sommeren. På Oslo S kan du alltid finne deilig lunsj som du kan ta med deg på badetur, eller stikke innom en av butikkene om du har glemt solkrem, solbriller eller andre nødvendigheter til stranda.

Glenn Solberg er en merittert håndballspiller, og etter han la opp som spiller selv har han gått gradene som trener. Nå er han trener for det svenske herrelandslaget i håndball, og i år sørget han for gull i herrenes håndball-VM. I portrettintervjuet kan du bli bedre kjent med Solberg.

En ting som er ekstra fint med sommeren 2022, er at verden er i ferd med å normalisere seg med tanke på Covid-19. Det betyr at det endelig er mulig å gå på konserter, teater og andre arrangementer igjen. I artikkelen Det skjer i Oslo, får du tips til

noen arrangementer du kan få med deg denne sommeren. Ikke minst har en god festivalopplevelse vært et savn for mange. Lenger bak i magasinet kan du lese om at Øyafestivalen i år gleder seg stort til å se folk komme til Tøyenparken igjen, og de jobber med å lage den beste utgaven av Øya noensinne.

Kristiansand er en populær sommerby, som man enkelt kan ta toget til direkte fra Oslo S. I magasinet finner du noen tips til hva du kan finne på under en sommerferie i Kristiansand.

God sommer og god lesning!

Torstein Heldal
Senterleder Oslo S og Østbanehallen



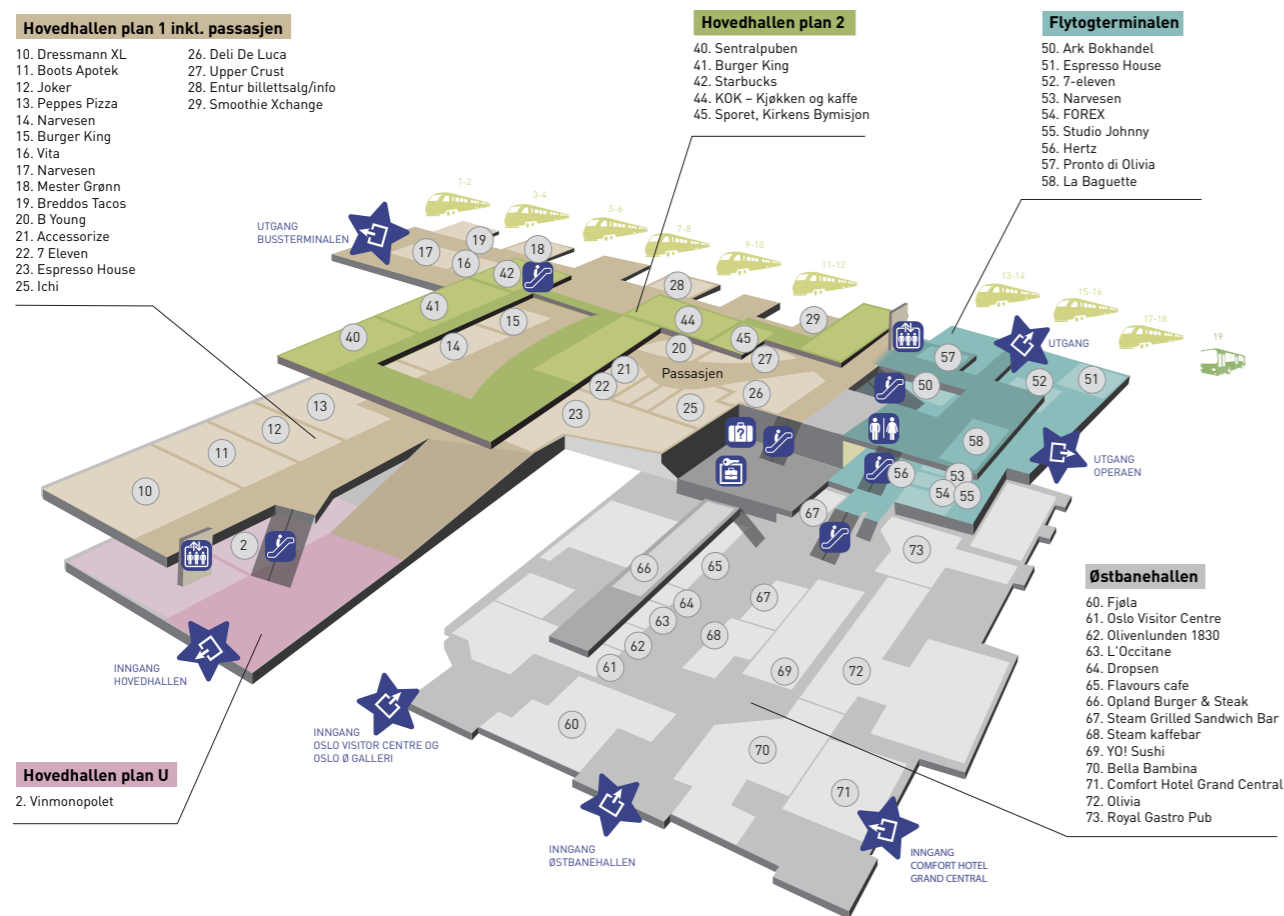
Innhold

Oversiktskart, butikker og restauranter	4
Portrettet, Glenn Solberg	6
Hudpleieprodukter	12
Ny leietaker, Breddos tacos	14
Berømt stasjon: Strasbourg-Ville	16
Endelig tid for sommerklær	18
Øyhoping i Oslofjorden	22
Pop up: Factory Outlet	28
På stasjonen, Accessorize	30
Bli kjent med, Pronto di Olivia	32
Mat, friske lunsjer	34
Turen går til, Budapest.....	38
Hva skjer i Oslo?.....	42
Mat, Piknik.....	46
Gadgets.....	50
I gangavstand, Øyafestivalen	52
I nabolaget, Flyr	55
Kunst.....	58
Kryssord / 15 spørsmål / sudoku	60
Barnas sider	62
Løsninger.....	64

OSLO S SHOPPING.

Design: Edda Grafisk AS Trykk: Polinor.no Redaktør: Torstein Heldal Forsidefoto: Torbjørn Tandberg Skribent: Kine Myrvold Olsen Opplag: 20.000 Ansvarlig utgiver: Oslo S Shopping. Magasinet er trykket på miljøvennlig papir. Vi tar forbehold om trykkfeil og prisendringer. Ønsker du å annonsere i Oslo S magasinet eller har du spørsmål om magasinet? Kontakt: ove@polinor.no, nina@polinor.no Oslo-s.no facebook.com/OsloS.shopping Instagram.com/oslo_s

Slik finner du fram på **OSLO S**



Hovedhallen plan 1 inkl. passasjen

- 10. Dressmann XL
- 11. Boots Apotek
- 12. Joker
- 13. Peppes Pizza
- 14. Narvesen
- 15. Burger King
- 16. Vita
- 17. Narvesen
- 18. Mester Grønn
- 19. Breddos Tacos
- 20. B Young
- 21. Accessorize
- 22. 7 Eleven
- 23. Espresso House
- 25. Ichi
- 26. Deli De Luca
- 27. Upper Crust
- 28. Entur billettsalg/info
- 29. Smoothie Xchange

Hovedhallen plan 2

- 40. Sentralpuben
- 41. Burger King
- 42. Starbucks
- 44. KOK - Kjøkken og kaffe
- 45. Sporet, Kirkens Bymisjon

Flytogterminalen

- 50. Ark Bokhandel
- 51. Espresso House
- 52. 7-eleven
- 53. Narvesen
- 54. FOREX
- 55. Studio Johnny
- 56. Hertz
- 57. Pronto di Olivia
- 58. La Baguette

Østbanehallen

- 60. Fjøla
- 61. Oslo Visitor Centre
- 62. Olivenlunden 1830
- 63. L'Occitane
- 64. Dropsen
- 65. Flavours cafe
- 66. Opland Burger & Steak
- 67. Steam Grilled Sandwich Bar
- 68. Steam kaffebar
- 69. YO! Sushi
- 70. Bella Bambina
- 71. Comfort Hotel Grand Central
- 72. Olivia
- 73. Royal Gastro Pub

Hovedhallen plan U

- 2. Vinmonopolet

■ Flytogterminalen ■ Hovedhallen plan 1 ■ Hovedhallen plan 2 ■ Østbanehallen

Spisesteder

7-Eleven Flytogterminalen

Tlf. 90 41 33 49

7-Eleven Hovedhallen

Tlf. 22 05 90 92

Bella Bambina Ristorante

Tlf. 22 17 42 00

Breddos Tacos

mathallen@breddostacos.com

Burger King

Tlf. 22 17 01 94

Deli de Luca

Tlf. 22 17 10 50

Espresso House

Tlf. 21 06 48 18

Espresso House hovedhallen

Tlf. 45 94 05 56

Fjøla

Tlf. 21 52 52 80

Flavours cafe

Tlf. 21 52 52 85

KOK - Kjøkken og kaffe

Tlf. 41 26 09 75

La Baguette

Tlf. 98 28 72 38

Olivia

Tlf. 23 11 54 70

Opland Burger & Steak

Tlf. 22 17 94 00

Peppes Pizza

Tlf. 22 22 55 55

Pronto di Olivia

Tlf. 47 45 57 86

Royal Gastropub

Tlf. 21 08 22 72

Sentralpuben

Tlf. 22 17 30 36

Smoothie Xchange

Tlf. 94 83 49 30

Starbucks

Tlf. 45 28 34 72

Steam Grilled Sandwich Bar

Tlf. 94 14 77 68

Steam kaffebar

Tlf. 47 90 82 66

Upper Crust

Tlf. 98 26 73 33

Yo! Sushi

Tlf. 21 52 52 90

Shopping

Accessorize

Tlf. 48 95 38 78

ARK

Tlf. 96 62 56 23

b.young

Tlf. 22 17 55 55

Boots apotek

Tlf. 22 05 38 20

Comfort Hotel Grand Central

Tlf. 22 98 28 00

Dressmann XL

Tlf. 23 12 26 38

Dropsen

Tlf. 48 00 75 77

FOREX

Tlf. 22 17 22 65

Hertz Bilutleie

Tlf. 22 17 67 22

Ichi

Tlf. 22 17 99 70

Joker

Tlf. 99 39 02 24 / 22 17 25 04

L'Occitane

Tlf. 92 02 02 39

Mester Grønn

Tlf. 32 22 96 11

Narvesen hovedhallen plan 1

Tlf. 22 17 05 85

Narvesen i Flytogterminaler

Tlf. 91 16 76 37

Narvesen v/ inngang nord

Tlf. 22 17 64 67

Olivenlunden 1830

Tlf. 92 02 01 62

Oslo Visitor Centre

Tlf. 81 53 05 55

Vinmonopolet

Tlf. 04 56 0

Studio Johnny

Tlf. 97 32 22 92

VITA

Tlf. 22 17 46 00

Glenn Solberg: – Det har vært en fantastisk reise

Håndballveteran Glenn Solberg har ledet det svenske landslaget til VM-sølv og EM-gull. Nå gleder han seg til en rolig vår uten koronarestriksjoner.

Tekst: Tanja Reine Foto: Torbjørn Tandberg (der ikke annet er oppgitt)

– Det har vært en hektisk, men fantastisk start på året, sier Glenn Solberg. Den pensjonerte håndballspilleren kickstartet 2022 med å ta gull i håndball-EM med det svenske landslaget, under to år etter at han tok over som trener. Hvorfor han og laget har oppnådd så gode resultater på kort tid har han ikke et enkelt svar på, annet enn at han har forsøkt å gjøre det han tror på: jobbet med verdier og holdninger i laget og prøvd å skape en god kultur.

– For meg har det viktigste vært å bygge et lag som står godt sammen, sier han.

Høydepunkter på rad og rekke

Selv kan Glenn Solberg se tilbake på en lang karriere som aktiv spiller. Han sliter med å plukke ut høydepunktene, for dem er det mange av.

– Det har vært så mange fine reiser. Tiden i Drammen håndballklubb var spesiell, da vi vant europacupen med et lokallag herfra. Og å ta sølv i den tyske bundesligaen var også stort. Og å være en del av FC Barcelona, så klart. Jeg har vært heldig og fått være med på mange håndballreiser, som hver og en har vært unike, sier han.

Solberg tok over som trener på det svenske landslaget i mars 2020, kun elleve dager før Europa stengte ned. Det satte sitt preg på hans første erfaring som landslagstrener.

”

For meg har det viktigste vært å bygge et lag som står godt sammen, sier han.

– Det har jo vært en spesiell tid for alle, og det ga oss noen begrensninger. Vi fikk ikke trent sammen så ofte som vi ønsket, og vi satt mye i isolasjon, men kampene ble spilt. →

Fjerdeplass i Mesternes Mester. – Det var en veldig fin opplevelse. Jeg ble kjent med mange fine mennesker og det var interessant å høre om hvordan andre har oppnådd suksess. Vi hadde alle en veldig sterk lidenskap i bunnen, men det er veldig ulikt hva vi motiveres av, sier Solberg.



Svorsk. Nå og da sniker det seg inn et svensk ord i Glenn Solbergs vokabular. Litt påvirket blir man tross alt av å være trener i Sverige. – Når jeg kommer hjem fra samling så henger det gjerne igjen noen ord. Jeg prøver jo å legge om til litt svensk når jeg prater, så spillerne skal forstå hva jeg sier, ler Glenn.
Foto: Slavko Midzor / Pixsell / NTB



Valgte håndball. På ungdomskolen spilte Glenn Solberg både håndball og fotball, men etter at han ble tatt ut på junior-landslaget i håndball da han var 15 år, var det håndballen han valgte å satse på. Her i en kamp for Drammen mot Sandefjord i 2006.
Foto: Bjørn Sigurdson / NTB

Og det endte jo veldig bra for vår del, forteller han. Allerede i januar 2021, ti måneder etter trenerdebuten på landslaget, tok Sverige sølv i håndball-VM i Egypt, og kort tid etterpå kvalifiserte laget seg til OL.
– Det gikk overraskende fort, jeg hadde vel regnet med at vi måtte bruke litt lenger tid før vi fikk resultater, sier Solberg.

Godt lederskap

Som trener motiveres Glenn Solberg av å få det beste ut av spillerne på laget, og det er ikke nødvendigvis det å vinne som er størst.
– Det var selvfølgelig fantastisk å vinne EM, men det som gleder meg mest er å se utviklingen til spillerne og reisen vi gjør sammen som et lag. Hovedelementene i lederskapet mitt er å vise at jeg bryr meg og å se alle spillerne og gi dem ansvar og tillit, og det forsøker jeg å gjøre så langt jeg kan, sier han.



Det var selvfølgelig fantastisk å vinne EM, det som gleder meg mest er å se utviklingen til spillerne og reisen vi gjør sammen som et lag

Men et økt press på å fortsette medaljerekka fremover, føler han ikke så mye på.

– Jeg opplever egentlig ikke mer press nå enn da jeg først takket ja til trenerjobben i Sverige. De ble nok litt overrasket over at det ble en norsk landslagstrener, så hele veien har jeg kjent på et press på å levere. Nå er jeg bare mer motivert og inspirert til å prøve å få oppleve det en gang til. Jeg ser egentlig bare fremover, sier han.

Hva Solberg hadde gjort uten håndballen har han sjelden trengt å ta stilling i, men som mange andre kjenner han innimellom på en drøm om å gjøre noe «betydningsfullt».
– Det hender jeg får tanker om at det vi holder på med betyr så lite i et verdensperspektiv. Kanskje spesielt nå med krigen i Ukraina, sier han.

Håndball, familie og golf

Det er ikke mye annet enn håndball Glenn Solberg har tid til, men får han litt ekstra fritid finner du han gjerne på golfbanen. →



FAKTA

GLENN SOLBERG

- Alder 50 år
- Bosted: Lier
- Aktuell med: Trener for det svenske håndballandslaget som vant EM-gull i januar 2022.

”

Golf er fantastisk for kropp og sjel, utenom det og litt padel er det familien og barna som er det aller viktigste.



Planlegger New York-tur med familien. I mai planlegger Glenn Solberg en tur til New York sammen med familien. Målet er å få med seg en playoff-kamp i basket sammen med sønnen. – Jeg har alltid likt basket. Jeg prøver fortsatt å henge litt med for sønnen min er også glad i basket.

”

FAKTA

**GLENN SOLBERGS
HÅNDBALLKARRIERE:**


- 1992–1997: Drammen HK
- 1997–2002: HSG Nordhorn
- 2002–2004: FC Barcelona
- 2004–2006: SG Flensburg-Handewitt
- 2006–2010: Drammen HK

- Landslagkamper: 122 Mål: 250

– Golf er fantastisk for kropp og sjel, utenom det og litt padel er det familien og barna som er det aller viktigste, sier han. Femtiåringen bor med familien på hjemstedet Lier, men er ikke alltid like mye hjemme som han hadde ønsket. Det svenske landslaget har fire samlinger i året, resten av tiden er han ofte på reise rundt i Europa for å følge opp spillerne i deres respektive klubber.

– Nå har vi nettopp hatt samling, og snart er det en til, men så blir det litt roligere, forteller han.

Solberg har også vært trener for begge barnas håndballag tidligere, nå trener han kun datterens lag en gang i uken.

– Det synes jeg er veldig gøy, men det er ikke viktig hvor langt de når. Jeg tror på allsidighet og at de skal gjøre noe de synes er morsomt, sier han. 



L'Occitane
Immortelle reset,
nattserum
Kr 649 (30 ml)
Kr 1079 (75 ml)

VITA
Hårkur
Kr 399

VITA
Rudolph Care
Scrub
Kr 410

VITA
Korres
Rens
Kr 169
bodykrem
Kr 139

VITA
Sensilis
Maske
Kr 399

VITA
Solkrem 30+50
Kr 320

VITA
Rudolph Care
Lipgloss
Kr 335

VITA
Essie
Neglelakk
Kr 139

L'Occitane
Mandel
Dusjølje
Kr 349

VITA
Betakaroten
Kr 219

VITA
Korres
Bronzer
Kr 295

L'Occitane
Crunchy muesli
Scrub
Kr 209
Paste
Kr 379
Scrub såpe
Kr 129

Produkter til sommer huden

Freshe farger på neglelakken, deilige hudpleieprodukter og sminke som fremhever gløden hører sommeren til. Her får du noen tips til fine sommerprodukter du finner i butikkene på Oslo S.

Utvalg: Nina Stueland Foto: Torbjørn Tandberg

Foto: Fleur/Kaan/Urnsplash



Nud Dudhia, en av gründerne av Breddos Tacos.

Nyhet på Oslo S: Breddos Tacos

Gjør deg klar for en real smaksfest – nå har Breddos Tacos åpnet dørene på Oslo S.

Tekst: Kine Myrvold Olsen Foto: Torbjørn Tandberg

Breddos Tacos ble startet i London av Nud og Chris i 2011.

– Vi klarte ikke å finne god nok taco noe sted i London, så da bestemte vi oss for å starte opp Breddos. Når vi flyttet til Oslo var det akkurat det samme her, så da bestemte vi oss for å åpne her også, sier Nud Dudhia, en av gründerne.

I 2019 så den første Breddos-restauranten dagens lys i Mat-hallen i Oslo, og i mars åpnet de på Oslo S. De har også en restaurant i Via Village.

– Oslo S er et fantastisk sted med mye bevegelse og trafikk, og ikke minst ulike typer mennesker fra hele verden. Vi tror

” Vi lager også Tacos Al Pastor, som er en spesialtaco man ikke finner noe annet sted i Oslo.

Breddos kommer til å passe bra inn på Oslo S. Jeg reiser en del selv, og er alltid på søken etter noe som er bra laget og sunt, sier Nud.

Lager alt fra bunnen

Siden oppstarten av Breddos i 2011 har det gått slag i slag. De har hatt pop up-restauranter flere steder i verden, skrevet en kokebok og hatt «cook-offs» på Tacolandia-festivalen i Los Angeles. De har en restaurant i Clerkenwell i London og små take out-restauranter i Swingers City, Swingers West End, Flat Iron Square i Bermondsey og Goods Way i Kings Cross. I tillegg har de to en restaurant som heter Madre i Liverpool.

– Maten på Breddos er påvirket av de hundrevis av taqueri-ene vi har testet langs veien i Amerika og Mexico. Vi lager alt fra bunnen av og bruker de beste lokale ingrediensene vi finner, sier Nud.

All maten er Mexico-inspirert

I tillegg til nydelig taco, har de også noen fantastiske burrito-er og annen mat som er inspirert av Mexico.

– Burritoene er laget «the Sonoran way», altså slik de lager den i delstaten Sonora i Mexico. De er laget med hjemmelagde tortillas og smaksrikt fyll. I tillegg har vi salater og en frisk og fruktig drikke som heter agua fresca. Vi lager også Tacos Al Pastor, som er en spesialtaco man ikke finner noe annet sted i Oslo. Den inneholder svin som er stekt på grillspyd og ananas, forteller gründeren.

– Hvem er hovedkundegruppen deres?
– Alle som liker taco!, sier Nud. 🌮



Flott, historisk togstasjon

Togstasjonen i Strasbourg er en severdighet i seg selv om du besøker byen.

Tekst: Kine Myrvold Olsen Foto: Pixabay, iStock og Wikimedia

Strasbourg-Ville er hovedtogstasjonen i Strasbourg i Frankrike. Det er den nest største stasjonen i Frankrike, med rundt 20 millioner passasjerer årlig. Stasjonen er et flott skue sentralt i byen som ligger i nærheten av Frankrikes østlige grense mot Tyskland. Det er en togstasjon med mye historie som du kan bli bedre kjent med her.

Mätte gjenoppbygges

I 1841 åpnet den første stasjonen, som lå i Koenigshoffen - langt fra sentrum. I 1846 ble det bestemt at togstasjonen skulle flyttes til et mer sentralt sted i byen, og i 1852 ble bygget som er designet av den franske arkitekten Jean-André Weyer innviet av president Bonaparte. Etter den

fransk-prøyssiske krigen måtte deler av byen gjenoppbygges, og i 1878 begynte derfor byggingen av en enda større togstasjon. Stasjonen man kan besøke om man er i byen i dag var ferdig i 1883 og ble tegnet av den tyske arkitekten Johann Eduard Jacobsthal.

Venterom til keiseren

Senere har den også gjennomgått flere endringer. I 1900 ble det laget et eget venterom og trapp for den tyske keiser Wilhelm II. Nå kjent som Salon de l'empereur. Den historiske bygningen ble i 1984 klassifisert som et historisk monument i Frankrike.

I 2007 gjennomgikk stasjonen en ny oppussing i forkant av åpningen av høyhastighetsstrekningen LGV Est. Da ble en også enorm glasskuppel bygget for å beskytte den historiske fasaden. På den måten ble også mulig å ta imot mange flere reisende på stasjonen.

Kunstverk

Hovedhallen er utsmykket med noen kjempestore statuer av kvinnelige figurer som representerer industri og agrikultur, laget av Otto Meyer. Den samme kunstneren laget også to utsmykninger på den historiske fasaden.



I hovedhallen var det også tidligere to freskoer fra 1885 av Hermann Knackfuss: Im alten Reich og Im neuen Reich. Ett som skildret William I sitt besøk på Fort Kronprinz i Hausbergen (nå Fort Foch i Niederhausbergen). Det andre skildret Frederick I sin ankomst til Haugenau i 1164. Disse to freskoene ble derimot fjernet en gang på 1900-tallet. 🚫



ICHI
T-shirt
kr 349



ICHI
Hårklyper
kr 89
kr 99



DRESSMANN
Bukse
kr 499
Skjorte
kr 499



ACCESSORIZE
Veske
kr 299



ICHI
Solbriller
kr 149⁹⁵



ACCESSORIZE
Solhatt
kr 159



ACCESSORIZE
Notatblokk
kr 105
Kulepenn
kr 55
Hårstrikk
kr 99



ACCESSORIZE
Bag
kr 399



ACCESSORIZE
Bikini top
kr 315

ACCESSORIZE
Bikini underdel
kr 225



Endelig tid for sommerklær

Det er like deilig hvert år, når vinterjakke og skjerf kan byttes ut med lettere klær. På Oslo S finner du årets sommermote og tilbehør til hele familien.

Utvalg: Nina Stueland Foto: Torbjørn Tandberg

ACCESSORIZE
Solhatt
kr 249



ACCESSORIZE
Solbriller
kr 119



ICHI
Solbriller
kr 149⁹⁵



ACCESSORIZE
Caps
kr 139
Notatblokk
kr 130
Kulepenn
kr 39



ICHI
Bluse
kr 599⁹⁵



ACCESSORIZE
Solbriller
kr 89

ICHI
Hårklyper
kr 99



ICHI
Veske
kr 699⁹⁵



ACCESSORIZE
Veske
kr 399



DRESSMANN
Bukse
kr 399
Skjorte
kr 499



ICHI
T-shirts
kr 299⁹⁵



ACCESSORIZE
Veske
kr 179
Solbriller
kr 180
Tørkle
kr 189



ACCESSORIZE
Veske
kr 199
Solbriller
kr 199
Tørkle
kr 189



ACCESSORIZE
Hvit veske
kr 399
Solbriller
kr 199
Lommebok
kr 199

Nyheter!

ACCESSORIZE
Solhatt
kr 159
Drikkeflaske
kr 130
Flip flops
kr 119



ACCESSORIZE
Sekk
kr 249

Øyhopping i Oslofjorden

Endelig sommer og sol igjen! Vår anbefaling til hvordan å nyte en deilig sommerdag i Oslo: Ta på solbrillene og dra på øyhopping i Oslofjorden.

Tekst: Kine Myrvold Olsen Foto: VisitOslo

Sommeren er en nydelig tid i Oslo. Man kan sette seg ned i en park eller på en uteservering, dra på et av de nye badestedene i Bjørvika - eller dra ut på en av de fine øyene Oslofjorden har å by på. Fra Rådhusbrygge 1 kan du ta ferger ut til disse øyene: Hovedøya, Bleikøya, Gressholmen, Lindøya og Nakholmen. Fra Rådhusbrygge 4 kan du ta ferge til Langøyene. Her kan du

bli bedre kjent med hva noen av øyene har å by på.

Hovedøya:

Hovedøya ligger rett utenfor Oslo sentrum, og her har du flere badeplasser, flotte skoger og kulturminner. På øyas vestsida er det to store strender. Midt på øya er det en stor gresslette for ballspill og andre aktiviteter. Øya er også

et populært turområde. Deler av øya er naturreservat, hvor blomster, trær og dyr er fredet.

Nord på øya er ruinene etter et cistercienserkloster fra 1147. Rett ved klosterruinene ligger også Klosterkroa, som er en kiosk og café med servering om sommeren. Ved gjestehavnen på østsida av øya kan du spise på à la carte-restauranten Revierhavnen kro. Øya er også



Skilt mot fergene som går fra Rådhuskaia. Foto: VisitOslo/Didrick Stenersen



À la carte-restauranten Revierhavnen kro på Hovedøya. Foto: VisitOslo/Tord Baklund



Bleikøya er først og fremst en hytteøy. Foto: VisitOslo/Didrick Stenersen

Fergen ved kaia på Bleikholmen. Foto: VisitOslo/Thomas Johannessen

I tillegg til klosterruinene er det to kanonbatterier fra 1808 og to krutthus. Dette er fra perioden øya ble disponert av forsvaret. Lavetthuset ved fergeleiet brukes i dag til kunstutstillinger.

Gressholmen:

Gressholmen henger sammen med Rambergøya og Heggholmen. Alle disse tre øyene er naturreservater. Det vil →

Lindøya er en idyllisk øy med naturreservat, badeplasser og rundt 300 sommerhytter. Foto: VisitOslo/Tord Baklund



Heggholmen fyr er et av de eldste fyrene i indre Oslofjord. Foto: VisitOslo/Thomas Johannessen

si at dyreliv og vegetasjon er fredet, og det er ikke lov til å brette greiner eller plukke blomster. Det er flere gode bademuligheter på øyene, særlig på østsiden av Gressholmen og sør på Rambergøya. På sommeren er det kiosk, kafé og restaurant på Gressholmen kro.

På Heggholmen ligger Heggholmen fyr, som er et av de eldste fyrene i indre Oslofjord. Fra slutten av 1800-tallet var det et lite industrisamfunn på Heggholmen, og på Gressholmen fikk Norge sin første flyplass for rutefly i 1927. Tidligere var Gressholmen kjent for sine mange villkaniner, men disse ble fjernet fordi de beitet vekk den vernede floraen.

Lindøya:

Lindøya er en idyllisk øy med naturreservat, badeplasser og rundt 300 sommerhytter i rødt, gult og grønt. Sørvest på øya er det to badeplasser med badebrygge, og midt på øya er det butikk og fotballbane.

Bautaen du kan se på en høyde sørøst på Lindøya er Oslos egen meridian fra 1850, Christiania-meridianen. Sørvest på øya er det et svømmestadion fra 1949 hvor det fortsatt arrangeres svømmestevner. I nærheten av Skytterbrygga ligger «Stamhuset», som var et vethus på 1700-tallet. Mye av den nordlige delen av øya er naturreservat med verneverdig plante- og dyreliv.

Merk at det på Lindøya hverken er serveringssteder eller offentlig toalett tilgjengelig.

Langøyene:

Langøyene er en øy i Oslofjorden med stor badestrand, kiosk, sandvolleyballbane, fotballbaner og fine turmuligheter. På sørspissen av øya er det også en naturiststrand. Langøyene besto opprinnelig av to øyer, Nordre og Søndre Langøy, men sundet mellom øyene ble fylt igjen på 1950-tallet. Fra tid til annen arrangeres det konserter og andre arrangement på Langøyene. Fra 2020 til 2022 har kommunen gjort omfattende arbeider på Langøyene. Arbeidene ble gjort for å sikre det tidli-



Fra Rådhuskaia kan du ta båt ut til øyene i Oslofjorden. Foto: VisitOslo/Tord Baklund

gere avfallsdeponiet på øyene. Det ble også bygget en ny kai som er tilpasset Ruters elektriske ferger, og venteområdet ved kaia har fått et nytt venteskur med ladepunkter for mobil. I tillegg ble det bygget flere moderne toalettbygg. Flere av toalettene har dusj. Ved den nye stranda er det HC-rampe, badebunge og bølgebryter. Det er fasiliteter som dobbel volleyballbane, støttemur med sitteamfi mot den nye stranda og oppgraderte turveier.

Bleikøya og Nakholmen:

Disse to øyene er først og fremst hytteøyer. På Bleikøya er det et naturreservat som dekker nordre del av øya.

På Nakholmen er det nesten 200 sommerhytter, og øyas sørlige deler er vernet som et naturreservat. Under Napoleonskrigen hadde Nakholmen en viktig rolle. På en liten høyde lå det en såkalt klaffetelegraf, en del av en militær varslingskjede som skulle varsle om fiendtlige angrep. Den gamle hvilehytta er i dag det eneste sporet etter klaffetelegrafene på Nakholmen. 📍



På sommeren er det servering på Gressholmen kro. Foto: VisitOslo/Anders Husa



Båten på vei ut til øyene i Oslofjorden en fin sommerdag. Foto: VisitOslo/Thomas Johannessen



FAKTA

- Det er ikke tillatt å overnatte i telt (unntaket er Nordre Langøy) eller tenne bål på øyene. Grilling er bare tillatt på grus- eller sandgrunn. På Hovedøya er det også egne grillheller som du finner på stranden ved gressletta. På Lindøya er det ikke tillatt å grille.
- Husk å kjøpe billett hos Ruter på forhånd, hvis du ikke har tilgang til Ruter-appen. Det er ikke billettautomat på øyene.
- Med VisitOslo sitt OsloPass kan du reise gratis ut til øyene.
- Kilde for informasjonen om øyene er VisitOslo og Oslo kommune. Du finner mer informasjon på deres nettsider.

Konsert på Fiskebrygga.
Foto: VisitSørlandet/
Jorunn Jensen



Ta toget til

Kristiansand

Sørlandsbyen Kristiansand er en fantastisk by å besøke på sommeren. Her er det flust av sommeraktiviteter og skjærgård - og en avslappende atmosfære.

Tekst: Kine Myrvold Olsen Foto: VisitSørlandet

Sørlandets hovedstad er et perfekt sted å ta med seg familien til på sommeren. En togtur på ca. 4,5 time fra Oslo S finner du fine badesteder, kunst- og matopplevelser, og ikke minst det som er høydepunktet for mange: Dyreparken. Her får du noen tips til hva dere kan finne på under en tur til Kristiansand denne sommeren.

Bystranda

Midt i byen kan du nyte strandlivet på Bystranda. Her er det anlagt fin sandstrand, sittegrupper, badebrygge og herlig palmesus. Stranda er langgrunn og meget familievennlig. Rett ved ligger

Tangen, med klatrenett, fiskeplasser, utkikkspunkt, bocciabaner og bordtennisbord.

Stranda har Blått flagg og oppfyller krav om vannkvalitet, sikkerhet, service og miljø. Badelandet Aquarama ligger også på Bystranda og inneholder plaskebasseng for de minste, tre ulike vannsklier, bølgebasseng, strømkanal og surfebølge.

Blindleia

Skjærgården viser seg fra sin vakreste side fra sjøen, og en båttur på en vakker sommerdag er ikke å forakte. Blindleia er en av Norges vakreste

kyststrekninger, hvor du kan oppleve idylliske uthavner, holmer og øyer med koselige sørlandshus, vikar og svaberg. «Badebåten» tar deg ut i Kristiansands skjærgård hvor du kan hoppe av på en øy for bading og aktiviteter før du drar tilbake på ettermiddagen. Du kan også ta rutebåten M/B Øya gjennom Blindleia som går mellom Kristiansand og Lillesand.

Ravnedalen

Ravnedalen er byens flotte naturpark og grønne lunge. Perfekt for en rusletur. Om sommeren holdes det konserter, quiz og annen underholdning i parken,

Skjærgårdsidyll i Blindleia.
Foto: VisitSørlandet/
Heidi Sørvig



Dyreparken i Kristiansand har mange nyheter i år, men dette er selvsagt fortsatt mulig å besøke klassikerne Hakkebakkeskogen og Kardemomme by. Foto: VisitSørlandet/Adam Read



og på Café Generalen kan du få servert hamburgere, salater og annen snacks. For å få litt ekstra trening kan du gå trappene til toppen av Ravneheia og nyte utsikten over byen.

Posebyen

Den gamle bydelen i Kristiansand heter Posebyen. Her er den en sjarmerende trehusbebyggelse. I den nordøstre delen av Posebyen finner du en av Nord-Europas største samlinger av lav, gammel trehusbebyggelse. Posebyen er faktisk den eneste bydelen som sto igjen etter bybrannen i 1892.

På rusletur i Posebyen kan du blant annet finne Ekserserhuset som i dag huser ambulerende kunstutstillinger og kunstverksteder, fødestedet til den kjente byoriginalen «Kjutta», Kafé Blåstua, en kafé i gammel stil som er kjent for sine hjemmebakke kaker og vafler og mye, mye mer.

Dyreparken

Dyreparken er for mange selve høydepunktet med turen til Kristiansand. I 2022 lanserer Dyreparken flere spennende nyheter, og tar i bruk områder som ikke har vært benyttet tidligere. Lagunen Beach Club lanseres for de større barna. Det blir en del av Badelandet, men plasseres på den andre siden av Grashavet. Her kan barna boltre seg i en gigantisk hinderløype på vannet.

I 2022 settes også spaden i jorda for en betydelig utvidelse av Savannen i Afrikaområdet. Savannen vil gi dyrene nesten dobbelt så stor boltreplass, og alle gjester vil kunne se inn på savannen allerede før de har kommet inn i Dyreparken.

Kveldsforestillingen med Kaptein Sabeltann er en nyskrevet fortsettelse av fortellingen om Grusomme Gabriels skatt: Kaptein Sabeltann og Havets Hemmelighet. Forestillingen byr på unike effekter som aldri har blitt vist i Norge før.

I tillegg vil man selvsagt kunne oppleve Hakkebakkeskogen, Kardemommeby, Sirkus Jesper og mye annet moro i Dyreparken.

Fiskebrygga

På Fiskebrygga i Kristiansand er det yrende liv! Her kan du se fisk og skaldyr svømme omkring i kummer, eller kjøpe deg en is og se på båtene som tøffer gjennom Gravane-kanalen. Det er flere spisesteder med en variert meny, og på sommeren arrangeres det konsert hver tirsdag på Fiskebrygga.

Markensgate

Hvis du er ute etter litt shopping mens du er i byen, er det Markensgate du bør finne veien til. Her finner du det meste fra sjarmerende småbutikker til bruktbuikker og internasjonale kjeder.

Du kan også gå innom sidegaten Skipergata med motebutikker, gallerier og kafeer, og Dronningensgate med spesialbutikker.

Restauranter

I Kristiansand finner du selvsagt også et stort utvalg av restauranter. Her finner du garantert ting som faller i smak for både små og store. For eksempel kan du ta turen innom Smag & Behag, Bønder i byen, Hos Moi eller Mother India. 🍴



Shopping i Markensgate.
Foto: VisitSørlandet/
Peder Austrud



Lite slår å sitte i en solstol en vakker sommerdag på Bystranda i Kristiansand. Foto: VisitSørlandet/
Jorunn Jensen



Pop up-butikleik med outlet-varer

I Passasjen finner du pop up-butikken Factory Outlet med mye rimelige klær til både han og henne.

Tekst: Kine Myrvold Olsen Foto: Torbjørn Tandberg



Thomas Tangen har drevet pop up-butikken Factory Outlet mellom Ichi og Accessorize i Passasjen på Oslo S siden februar. Der finner du rimelige treningsklær, undertøy til dame og herre og også litt andre klær.

- Vi kjøper klærne direkte fra fabrikk i Italia, og ettersom det ikke er noen grossist som mellomledd så har vi mulighet til å tilby varene til gode priser. Det er rett og slett god kvalitet og god pris, sier Thomas.

Jobbet med konseptet

Pakkepriser er en viktig faktor for butikken. Her får du eksempelvis en seks-pakk med herreboxere til 399 kroner. Undertøy og strømper er bestselgerne,

men også treningstøy fra MXDC er det mye av på stativene.

- Vi har jobbet en del med å sette konseptet og prøve ut litt ulike varer for å se hva folk helst vil ha. Varer som det er enkelt å kjøpe med seg i farten er fokuset vårt. Nå har vi landet på at treningstøy og undertøy er varene som per nå gir best salg, sier han.

I tillegg har han flere vareprøver fra fabrikk som han gleder seg til å se nærmere på. Kanskje er de bra nok til at de får en plass i hyllene.

Jungeltelegraf

Etter en litt rolig start, har salget virkelig tatt seg opp. Flere og flere har

oppdaget butikken, og Thomas synes det er stas at det ikke bare er reisende som finner veien.

- Det er en del folk som bor i området som kommer innom, og som har hørt om oss via andre som bor i Oslo. Det er veldig hyggelig. Det er selvsagt også en del som er inne og kikker når de har litt ekstra tid på vei til toget, forteller Thomas.

Det er andre gang Thomas har en pop up-butikk i disse lokalene, og han har god erfaring med lignende butikker andre steder i Oslo. I første omgang skal butikken være der ut august, med mulighet for forlengelse. 📍



Elsker å gi

kundene en god handleopplevelse

Hos Accessorize på Oslo S finner du alt du trenger til en venninnegave, tilbehør til deg selv eller en dag på stranden.

Tekst: Kine Myrvold Olsen Foto: Torbjørn Tandberg

Butikksjefen på Accessorize, Olivia Hagalid, gleder seg til å gå på jobb hver eneste dag.

- Jeg synes alle vi som jobber på Oslo S er som en liten familie. Det er hyggelig å komme på jobb hver eneste dag og snakke med alt fra vektere og renholdspersonale til alle de andre som jobber i butikkene og spisestedene på stasjonen, sier Olivia.

Selv har hun jobbet i Accessorize i hele 11 år, og stortrives fortsatt med å jobbe i kjeden. Det hele startet da hun trengte

jobb i London. Da hun flyttet tilbake til Norge i 2017 begynte hun som assisterende butikksjef i butikken på Oslo S, og fra 2018 har hun vært butikksjef på Strømmen storsenter, Sandvika storsenter, Oslo City og Aker Brygge før hun kom tilbake til Oslo S i 2020. Nå er hun butikksjef for butikkene på Oslo S og Oslo City.

Kunder i alle aldre

På Accessorize finner du alt du kan drømme om av tilbehør for kvinner. Solbriller, vesker, øredobber, smykker, skjert og mye, mye mer. På sommeren har de også bikinier og annet strandtøy.



Butikksjefen på Accessorize, Olivia Hagalid.

” Det er morsomt å være på jobb hver eneste dag, og høyt tempo hele dagen.

- Vi har varer til jenter fra tre år og oppover, og jeg vil nok si at absolutt alle aldersgrupper er godt representert blant kundene våre. På sommeren er det mange som kommer innom fordi de har glemt noe på vei til stranden, for eksempel solbriller eller hårstrikker, sier butikksjefen.

Hun slår gjerne av en prat med kundene som er innom og hun og de andre jentene som jobber i butikken har stort fokus på å gi kundene en god handleopplevelse. De opplever gjerne at kunder kommer igjen og igjen. Ingen dag er lik på jobb, og det er alltid nok å henge fingrene i.

- En av forskjellene på butikken på Oslo S og på et kjøpesenter, er at mange av kundene har litt dårlig tid for å rekke et tog eller er på vei til noe annet. Så selv om vi liker å slå av en

prat, så er det også viktig for oss å være effektive fordi vi har respekt for at kundene har det travelt, fortelle Olivia.

Gode kollegaer

I butikken på Oslo S har hun med seg 10-11 faste ansatte og i tillegg så ansettes det gjerne 2-3 stykker ekstra i forbindelse med sommersesongen og julehandelen.

- Hvorfor er det gøy å jobbe i Accessorize?

- Jeg elsker å jobbe med jentene som er ansatt her på Oslo S og Oslo City. Det er morsomt å være på jobb hver eneste dag, og høyt tempo hele dagen. Det er ni Accessorize-butikker i Norge, så alle som jobber her kjenner hverandre og det er veldig hyggelig, sier Olivia. ☺



Pronto di Olivia åpnet i Finland

Pronto di Olivia, som til nå bare har vært på Oslo S, tar sats og åpner ny restaurant i Finland.

Tekst: Kine Myrvold Olsen Foto: Pronto di Olivia

Siden januar 2019 har Pronto di Olivia holdt til i Hovedhallen på Oslo S. Med sine pizza-slices og andre italienske godbiter, har Pronto di Oliva blitt en favoritt hos mange som er innom Oslo S. Både hos folk som bare vil ha en god kopp kaffe, hos flere som kommer til stasjonen for å spise lunsj hos de og hos mange av de som jobber i nærheten av Oslo S. På kveldstid er det også mange som finner veien for å ta en middag og et glass vin.

– Pizza al Taglio er primærproduktet vårt og det vi selger absolutt mest av. Pizzadeigen heves i opptil 72 timer og mange av gjestene gir tilbakemelding om at det er den beste pizzaen de noen gang har smakt, sier Amy Rachlew, daglig leder ved Pronto di Olivia på Oslo S.

Kulturelle forskjeller

Frem til nå har Pronto di Olivia kun vært å finne på Oslo S, mens hovedrestauranten i samme kjede, Olivia, er å finne blant annet på Østbanehallen. Olivia har også restauranter flere steder i Norge og i Sverige. I desember åpnet Pronto di Oliva på sentralstasjonen i Helsinki, og i mars åpnet Olivia på samme sted - i et lokale som er helt i Olivia sin stil: Stort og flott, høyt under taket og med en stor uteservering.

– Hos Pronto di Olivia på sentralstasjonen i Helsinki, er det stort fokus på «grab and go»-retter fordi det er enda flere kunder som løper til tog eller t-bane enn på Oslo S. Pizza-slices og ferdiglagede salater er ting som det selges mye av i Helsinki, sier Amy.

De italienske kokkene og resten av de ansatte trives godt på Pronto di Olivia.



I desember åpnet Pronto di Olivia på sentralstasjonen i Helsinki.

Selv om menyen i stor grad er den samme som i Oslo, er det også kulturelle forskjeller som det tas hensyn til.

– Mens det i Oslo selges mest av retter med kjøtt, er det i Helsinki veldig mange flere som er opptatt av vegetarisk. Bestselgerne der er derfor rettene som ikke inneholder kjøtt, i tillegg til at kaffen ofte lages med havremelk fremfor kumelk, som de fleste foretrekker i Norge, sier hun, og legger til:

– Men, vi har mange forskjellige vegetarretter på Oslo S hver dag også. På torsdager og fredager lager vi en vegetarisk pizza som er veldig populær. Det er innbakt pizza med spinat og ricotta.

Gode gjesteopplevelser

Med mange faste gjester, er de glade i å slå av en prat med de som er innom.

– Pronto di Olivia i både Norge og Finland har fokus på gode gjesteopplevelser. Hos oss er det noe for alle. All maten vår er laget inhouse av italienske kokker, og selv om det er litt klisjé så er alt virkelig laget med kjærlighet. Jeg tror det er tydelig for gjestene at de som jobber her har en lidenskap for maten de lager og serverer, sier hun. ☺



Amy Rachlew er daglig leder hos Pronto di Olivia på Oslo S.



Lunsj
FRA OSLO S OG Ø

Olivia

Insalate pollo e pancetta

romanosalat
kyllingbryst
sprøstekt pancetta
soltørkede tomater
spinat
soyabønner
syltet rødløk

Deilige vår- og sommerlunsjer

På Oslo S og i Østbanehallen finner du mange deilige lunsjer som du kan nyte enten på uteserveringen noen av restaurantene har, eller ta med deg på stranden eller i parken.

Tekst: Kine Myrvold Olsen Foto: Torbjørn Tandberg

Insalata di pollo

(Danielasitalia)

Hvis du er lei av den vanlige kyllingsalaten og ønsker å prøve noe nytt, bør du prøve denne oppskriften

INGREDIENSER TIL 6-8 PERSONER:

1 hel rå kylling (ca. 1,2 kg)
4 stilker stangselleri
150 g valnøtter
120 g parmesan
1 sitron
5 ss ekstra virgin olivenolje
salt, nykvernet svart pepper

For å koke kylling:

1 løk
3 stilker stangselleri
2 gulrøtter
4 stilker bladpersille
4 laurbærblad
10 einebær
3 ts grovt salt
2 ts hel svart pepper
10 nellikspiker
5-7 l vann

SLIK GJØR DU:

Skrell løken og gulrøttene. Vask sellerien og bladpersillen. Skjær sellerien, gulrøttene og løken i store biter. Ha alle grønnsakene og urtene i en stor kjele. Tilsett grovkornet salt og hele pepperkorn og hell på vannet. Ha i kyllingen når vannet bobler. Legg på lokket og la den koke i 20 minutter. Slå på varmen. La kyllingen stå i kjelen med kraften til alt har kjølnet.

Ta opp kyllingen av kraften. Stripp kjøttet av kyllingen med hendene og skjær kjøttet i biter. Skyll sellerien og skjær den i skiver. Bruk en ostehøvel eller en potetskreller til å skjære parmesan-osten i tynne skiver. Fordel kyllingen og sellerien i en bolle og fordel osteskivene over. Hakk valnøttene grovt og fordel over salaten.

Vask sitronen, del i to og press ut saften. Bland olivenoljen, sitronsaften, salt og pepper i en liten bolle. Drypp dressing over salaten.

Olivia

Carpaccio di barbabietola

Vegansk carpaccio



La Baguette

Baguette med artisjokk-
hjerter, paprika, urtehummus
og syltet rødløk

Baguette med omelett
og provancekrydder
(under)



Espresso House

Bagel med kylling,
hickorysaus tomat,
syltet rødløk og ruccola.



Espresso House

Greek style salad

Vegansk greek styled
cheeze, artisjokk, quinoa
og linsesalat, oliven og
ristede sesamfrø.



La Baguette

Bulgursalat
med kylling



Termiske bad, flott arkitektur og storbyliv

I Ungarns flotte hovedstad Budapest, er det flust av ting å finne på under en storbyferie.

Tekst: Kine Myrvold Olsen Foto: Unsplash

Budapest er en by det er lett å bli forelsket i ved første øyekast. Det er flott arkitektur, pulserende storbyliv med masse attraksjoner og hyggelige folk. Budapest er Ungarns økonomiske, industrielle, politiske og kulturelle sentrum. Det bor omtrent 1,7 millioner mennesker i byen som er delt i to av elven Donau. Opprinnelig var Buda og Pest to byer på hver sin side av Donau, men de to ble slått sammen til én by i 1873. Faktisk er elvecruise på Donau en av de mest populære attraksjonene for turister i Budapest. Det er mange muligheter for å oppleve Budapest fra elven, både på dagtid og kveldstid.

Her får du noen tips til andre ting du kan finne på mens du er i Budapest:

→ **Szechenyi thermal bath:** Det er flere termiske kilder i Budapest, men dette er det aller mest kjente. Badet er mer enn 100 år gammel og et av Europas største varmebad. Her finnes det 15 innendørsbasseng og tre utendørsbasseng. Badet er svært populært, så det lønner seg å booke plass i god tid.

→ **Margaret Island:** Denne øyen ligger midt i Donau, mellom Arpadbroen og Margaretbroen. Øya er kjent for å være en av byens fineste parker, med flotte

basseng, musikk og uteservering. Øya er omtrent 2,5 km lang og man kan komme seg dit ved å gå, sykle eller ta buss.

→ **Buda castle:** Buda castle ligger i det historiske området Castle Hill, eller Castle district. Her finner du flere monumenter som The National Gallery og det historiske museet. Inne på slottet kan du bli med på guidede turer. Slottet har vært offer for mange kamper opp gjennom årene, sist i andre verdenskrig da kuppelen bombet og mesteparten brant opp. Slottet som står på Castle Hill i dag er derfor relativt nylig gjenoppbygget. →



Trikken er en fin måte å komme seg rundt i Budapest på. Foto: Arvydas Venckus/Unsplash

Budapest er en flott by å besøke året rundt.
Foto: Keszthelyi Timi/Unsplash



På Margaret Island finner du en av byens fineste parker. Foto: Linda Gerbec/Unsplash

→ Central market hall: Budapests største og eldste innendørs marked. I første etasje finner du frukt, grønnsaker, kjøtt og oster, mens i andre etasje finner du håndverk, klær, broderier og andre souvenirer. I kjelleren ligger fiskemarkedet. I Central market hall er det også kulturelle begivenheter man kan bli med på, for eksempel hele helger hvor man kan lære om andre land og kulturer.

→ Parlamentsbygningen: En nygotisk bygning hvor den innvendige utsmykningen er preget av stilblending. Den ble oppført på Pest-siden, ut mot Donau, i årene 1885-1904. Det var den

gang en av verdens største bygninger, med en lengde på 268 meter. Den 96 meter høye kuppelen er omgitt av to større og 20 mindre tårn - og 88 statuer av historiske personer. Innvendig skal det ha blitt brukt over 40 kg gull for å dekorere bygningen.

→ St. Stefan Basilika: Den største kirken i Budapest, med et areal på 4000 kvadratmeter. Kuppelen er 96 meter høy, og kirkeklokkene veier hele ni tonn. Både utvendig og innvendig er kirken utsmykket med verker av berømte malere. Kirken ble påbegynt i 1851 og innviet i 1905.

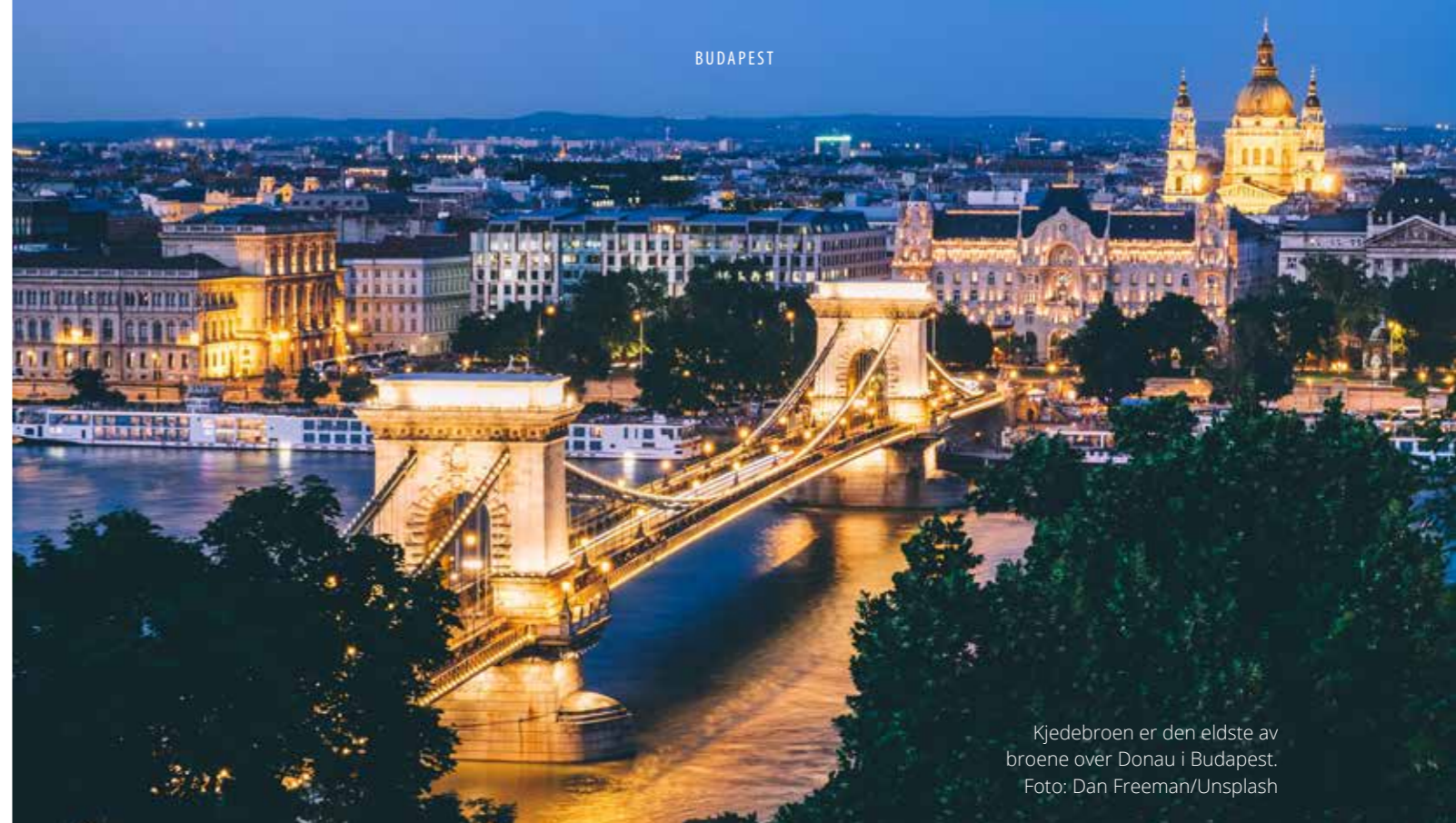
→ Mattiaskirken: Denne kirken er oppkalt etter Kong Mattias, eller Mattias den rettferdige, som levde mellom 1443 og 1490. Han giftet seg i denne kirken to ganger, og det er grunnen til at kirken er oppkalt etter ham. På slutten av 1800-tallet ble det gitt penger til å pusse opp og renovere bygningen. Kirken fikk da tilbake mye av sin gotiske stil, mens det flotte taket fortsatt har en veldig tydelig jugendstil. Det arrangeres jevnlig konserter i Mattiaskirken.

Broene i Budapest

Elva Donau er som nevnt sentral i Budapest, og det finnes hele ni broer der man kan krysse elva. Av disse er syv brukt til biltransport.

Den eldste og flotteste broen er Kjedefbroen (Chain bridge), som ble ferdig i 1849. To løvefigurer vokter broen, og

Parlamentsbygningen i Budapest er et flott skue. Foto: Mark Maraz/Unsplash



Kjedefbroen er den eldste av broene over Donau i Budapest. Foto: Dan Freeman/Unsplash

disse har blitt byens vakttegn. Da den ble påbegynt, ble det laget en regel om at det ikke kunne bygges noen andre broer i nærheten av Kjedefbroen. Det tok likevel ikke mange år før populariteten til broen, og behovet for flere broer, ble så stor at Margaretbroen ble påbegynt. Margaretbroen ble designet av folk fra kontoret til Alexandre Gustave Eiffel i Paris. Fra denne broen

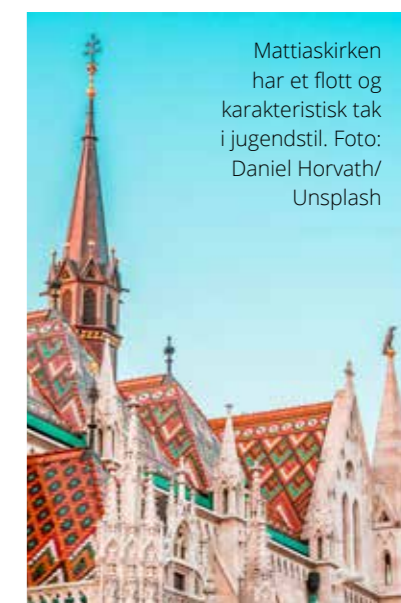
kan du også gå ned til Margaret Island. Deretter kom de syv andre broene på rekke og rad. Den siste som ble bygget, Lagymanyosi-broen, er kjent for sitt spesielle lyssystem. Rett i nærheten ligger det ungarske nasjonalteateret og Palace of Arts, som også har flott belysning når kveldsmørket senker seg. Det kan være et flott syn å få med seg på kveldstid. 📍

BUDAPEST ”

Grunnlagt: 17. november 1873
Befolkning: 1.723.836 (2021)
Språk: Ungarsk



Szechenyi thermal bath er den mest kjente termiske kilden i Budapest. Her kan man nyte en avslappende dag ved utendørsbassenget. Foto: Linda Gerbec/Unsplash



Mattiaskirken har et flott og karakteristisk tak i jugendstil. Foto: Daniel Horvath/Unsplash

Hva slejer i Oslo

Endelig er sommeren full av konserter, teater og andre arrangementer igjen! Her er noen tips til hva du kan få med deg i Oslo i sommer.

Tekst: Kine Myrvold Olsen Foto: Arrangørene

KARPE SAS

Spektrum x 10, 6.-27. august

Det musikalske prosjektet SAS PLUS/SAS PUSSY er langt fra over. Chirag og Magdi lover nemlig det sjukeste liveshowet noensinne når de inntar Oslos storstue i en hel måned for å holde hele ti konserter. Karpe har spilt i Oslo Spektrum flere ganger tidligere. I 2017 hadde de tre utsolgte konserter som en del av Heisann Montebello, men i 2022 inviterer de til ti konserter.

Les mer på oslospektrum.no



CARMEN, OPERAEN

14. mai-24. juni

Carmen er en opera med et råskinn av en dame i sentrum. Hundre år før hippiebevegelsens «make love» krever hun den radikale friheten til å elske - hva, hvem og når hun vil. Carmen vil ikke forføres, hun vil selv forføre. For denne dama er det friheten som gjelder - inkludert friheten til å være kvinne på den måten hun selv vil. Det provoserer korporalen Don José grenseløst, men samtidig er han besatt av å få henne. Det er den anerkjente regissøren Calixto Bieito som står bak produksjonen.

Les mer på operaen.no



Foto: Erik Berg

MAMMA MIA!

på Folketeatret frem til 11. juni

Musikalen Mamma Mia! ble tidenes publikumssuksess da den ble satt opp for over ti år siden, og nå er den endelig tilbake! Musikalen har blitt et globalt fenomen, og historien som tar utgangspunkt i ABBAs 22 største hitlåter, er sett av over 65 millioner mennesker verden over. Musikalen er satt opp på hele 16 ulike språk. Historien utspiller seg på et gresk øyparadis, hvor en ung jente på

sin egen bryllupsdag forsøker å oppklare hvem som er faren sin. Tre ulike menn fra morens fortid flettes inn i historien når de ankommer øya de sist besøkte for 20 år siden. Ulrikke Brandstorp spiller hovedrollen som Sophie. Andre kjente navn som dukker opp på rollelisten er Kåre Conradi, Thomas Numme, Karoline Krüger og Ingar Helge Gimle. **Les mer på folketeatret.no**



JANE EYRE**Nationaltheatret 6. mai-11.juni**

Gjør deg klar for en estetisk eksplosjon og et mektig drama, fullt av heftige følelser, tordenskrall og uhyggelige hemmeligheter. Historien om den foreldreløse Jane Eyre, som mot alle odds blir guvernante på en herregård og forelsker seg i den høye, mørke og uutgrunnelige godseieren, kunne vært hentet fra en kioskroman. Her er ungpikeromantikk, opprørsånd og et gods der fortidens undertrykte spøkelser vender tilbake. Romanen Jane Eyre fra 1847 regnes som en feministklassiker. På scenen i denne forestillingen finner vi blant annet Kjersti Tveterås som Jane Eyre, Thorbjørn Harr som Mr. Rochester og Heidi Goldmann som Mrs. Reed, Grace Poole og Lady Ingram.

Les mer på nationaltheatret.no**SÅ SOM I HIMMELEN****Oslo Nye Teater frem til 11. juni**

Så som i himmelen er en hjertevarm musikal om verdien av et felleskap og det store i det lille. Filmen Så som i himmelen er en av svensk filmhistories største suksesser og i 2018 ble den til en musikal. Med nykomponert musikk fikk Kay Pollaks prisbelønte historie om den kriserammede dirigenten Daniel, som kommer tilbake til barndomsbygda og tar over det lokale kirkekolet, nytt liv. Så som i himmelen er historien om den verdensberømte dirigenten som forelsker seg i jenta i den lokale butikken.

Les mer på www.oslonye.no**TONS OF ROCK****Ekebergsletta, 23.-25. juni**

Tons of Rock 2022 blir den største festivalen i Norge. Er du klar for Iron Maiden, Europe, Mastodon, Sum41, Bring Me The Horizon, Deep Purple, Five Finger Death Punch, Dimmu Borgir, Turbonegro og mange flere?

Det er bare å glede seg til verdens største hardrockband inntar Ekebergsletta.

Om du har kjøpt billett til 2020 eller 2021 festivalen er disse selvsagt gyldig for 2022 festivalen.

Dette gjelder alle billettkategorier inkludert den utsolgte festivalcampen. Om du ønsker, kan du også refundere billetten.

Les mer på tonsofrock.no**BERTINE ZETLITZ
OG BUGGE WESSELTOFT****Operaen 29. mai**

Det blir nært og tett på flygelet når Bertine Zetlitz og Bugge Wesseltoft inntar hovedscenen i Operaen. Sammen vil de to dykke ned i Bertine Zetlitz sine låter fra debutalbumet «Morbid late night show» fra 1999, hvor de samarbeidet for første gang. De vil fremføre sanger fra flere av albumene hennes - hele veien til hennes norskspråklige og kritikerroste album «Tikamp». Zetlitz sin innovative stil, både visuelt og som låtskriver/tekstforfatter, har gitt henne fire Spellemannspriser. Wesseltoft har siden tidlig på 90-tallet bemerket seg sterkt innenfor nordisk jazz og nu jazz. Han har mottatt utallige priser for sitt arbeid med å skape et moderne og unikt lydbilde av moderne jazz.

Les mer på operaen.no**ALICIA**
THE WORLD TOUR**ALICIA KEYS****Oslo Spektrum, 17. juni**

Den 15 ganger Grammy-vinnende artisten, Alicia Keys, er klar for «ALICIA - THE WORLD TOUR» som nå er flyttet til sommeren 2022. Fans verden over har etterspurt gjensyn med den hyllede stjernen, og nå får vi endelig sjansen til å oppleve hennes massive hits live igjen.

Sangerinnen slapp sitt syvende studioalbum «ALICIA» i fjor, som bant annet inneholder den fantastiske singelen «Underdog». På turnéen kan du i tillegg til nytt materiale forvente godbiter som «No One», «If I Ain't Got You», «Girl on Fire» og andre klassikere. Med fokus på livet og kjærligheten vil showet være en feiring fylt med den majestetiske energien kun livemusikk kan skape.

Konserten er flyttet fra 17. juni 2020 / 16. juni 2021. Kjøpte billetter gjelder.

Les mer på oslospektrum.no**ØYAFESTIVALEN 2022****Tøyenparken 9.-13. august**

Øyafestivalen 2022 blir en kjempesfest i Tøyenparken, hvor en rekke kjente artister vil innta scenen, blant annet: Gorillaz, Nick Cave and the bad seeds, Florence + The Machine, Aurora og Girl in red. I tillegg til en heftig lineup med artister, har også Øyafestivalen som mål å være blant verdens mest miljøvennlige festivaler.

Les mer på www.oyafestivalen.no

Piknik
FRA OSLO S OG Ø

Espresso House

Bakverk i alle
varianter

Piknik på stranda eller i parken

Et sikkert vår- og sommertegn i Oslo, er at folk strømmer til stranda eller parken. Her får du noen gode oppskrifter på mat som er enkelt å ta med seg på piknik.

Tekst: Kine Myrvold Olsen Foto: Torbjørn Tandberg

Skoleboller med pistasjkrem (fra Olivenlunden 1830)

100 g smør
100 g sukker
1 pk gjær
5 dl H-melk
2,5 dl vann
Ca 1 kg mel
30 g kardemomme
1 egg

PISTASJKREM
300 g kremost
220 g Pistasjkrem med olivenolje og
ristede pistasjnøtter

TILBEREDNING HVETEBOLLER
Ha det tørre i bakebollen.
Tilsett melk og vann. Deretter ha i smør som er kuttet i terninger.
La deigen stå og elte på lav hastighet i ca 25 minutter. Deretter la den heve i bollen til dobbel størrelse, for så og slå den sammen igjen. Bak ut deigen til boller, trykk dem flate, og ordne en grop i midten. Pensle de med sammenpisket egg. Hev til nesten dobbel størrelse (husk og dekk de til). Stek på 200 grader til de er ferdig (ca 10-15 min). Avkjøl på rist.

TILBEREDNING PISTASJKREM
Ha alt i en bolle. Visp godt sammen.
Ha så i sprøytepose. Sprøyt Pistasjkrem i midten av hvetebollen.
Ha på melis rundt, og strø over hakkede pistasjnøtter.



Olivenlunden Pistasjkrem som passer godt til bakverk eller på iskrem

Syltede tomater
og oliven med fennikel
fra Olivenlunden.



Focaccia

1 l hvetemel
1 pose tørrgjær
5 dl lunkent vann
½ ts salt
1 ts sukker
2 ss olivenolje

FORSLAG TIL FYLL

1 dl fetaost
1 dl soltørket tomat i olje
3 ss frisk rosmarin eller timiankvister
2 dl steinfrie, sorte eller grønne oliven
2 ts havsalt eventuelt flaksalt
1 ½ dl olivenolje

Bland mel, tørrgjær, sukker, salt og lunkent vann i kjøkkenmaskin. Kjør til en jevn tykk deig. (Du kan eventuelt erstatte tørrgjær med fersk gjær, men da trenger du å løse den opp i lunken væske først.) Tilsett olivenolje og kjør maskinen kun et par omdreininger, slik at oljen bare legger seg rundt deigen. La focciadeigen heve i ca 30 minutter på et lunt sted, gjerne under plast.

Sett stekeovnen på 180 °C. Til denne oppskriften på hjemmelaget focaccia trenger du en smurt kakeform eller liten langpanne ca 20x30 cm som du smører godt med smør eller olje.

Hell den forholdsvis løse deigen over i kakeformen/langpannen. Trykk ned fetaost og/eller soltørkede tomater. Stikk også inn rosmarin, eventuelt timian. Fordel oliven over, strø på salt og hell over olivenolje. Bruk hendene og klapp deigen ned slik at det dannes mange smågroper på overflaten av focacciaen. Etterhev ca. 10 minutter. Stek brødet i ca 25 minutter midt i ovnen eller til det er hevet, pent gyllent og gjennomstekt. Avkjøl på rist.



Pronto De Olivia

Caprese
Focaccia med mozzarella di
bufala, tomater og ruccola.



Espresso House

Croissanter

Lett å ta med på tur og smaker ALLTID godt!

Pronto Di Olivia

Iskaffe



Sitronolje fra Olivenlunden.

Potetsalat med smak av sitron

(fra Olivenlunden1830)

INGREDIENSER

60 g kapers
2 dl olje til fritering
1 kg småpoteter
150 g Parmesan
1 stk økologisk sitron, raspet skall og juice
0,5 dl Gul sitronolje
2 ss Sitronbalsamico
Havsalt og nykvernet pepper
1 bunt kjørvel, dill eller gressløk

TILBEREDNING

Start med å fritere kapers. Varm olje i en liten gryte over medium høy temperatur. Når oljen begynner å boble eller frese litt, tilsetter du kapersen forsiktig. Rør litt rundt med en tresleiv. Etter 10 - 15 minutter vil kapersen bli mørkere i fargen og «åpne» seg som en blomst. Da er de ferdig. Løft kapersen ut med en hullsleiv og la det renne av seg på kjøkkenpapir. Del potetene i store biter. Kok eller damp i ca. 10 - 15 minutter, men følg med underveis så de ikke blir overkokt! Avkjøl potetene litt. Rasp masse parmesan og sitronskallet i en stor bolle. Bland sammen med sitronsaft, sitronolje og sitronbalsamico. Vend inn de lune potetbitene og smak til med havsalt og nykvernet pepper. Eventuelt bruk det grønne urtesaltet til salat & pasta fra Olivenlunden 1830. Vend inn grovhakkede urter og fritert kapers



Olivenlunden

Brushettina med olivenolje, basilikum og hvitløk.

Pronto Di Olivia

Ferske juicer



Blåbærmuffins

(fra Olivenlunden1830)

INGREDIENSER

60 g havregryn
3 dl melk
250 g hvetemel
3 ts bakepulver
½ ts Havsalt fra Camargue
90 g sukker
100 g blåbær
1 stk egg
6 ss Hverdagsolje*
3 ss Hvit balsamico**

TILBEREDNING

Forvarm ovnen til 180 grader. Bland sammen havregryn, melk og olivenolje. Sett til side i 10 minutter. Bland sammen mel, bakepulver, havsalt fra Camargue, sukker og blåbær i en bolle. Pisk egget sammen med havregrynblendingen. Tilsett deretter melblandingen, til slutt hvit balsamico, og rør forsiktig sammen og ikke for mye. Fyll røren i smurte muffinsformer. Stek midt ovnen i ca. 15-20 minutter



Balsamico med mango fra Olivenlunden.

NOTES

*Hverdagsolje kan erstattes med Gul sitronolje
**Hvit balsamico kan erstattes med Blåbærbalsamico eller Vellagret balsamicoeddik fra Modena



Nyttige og praktiske gadgets

Vannlek, luftkvalitetssensor og robotgressklipper. Her får du tips om noen nyttige gadgets for sommerhalvåret – og noen som passer hele året.

Tekst: Kine Myrvold Olsen Foto: Produsentene

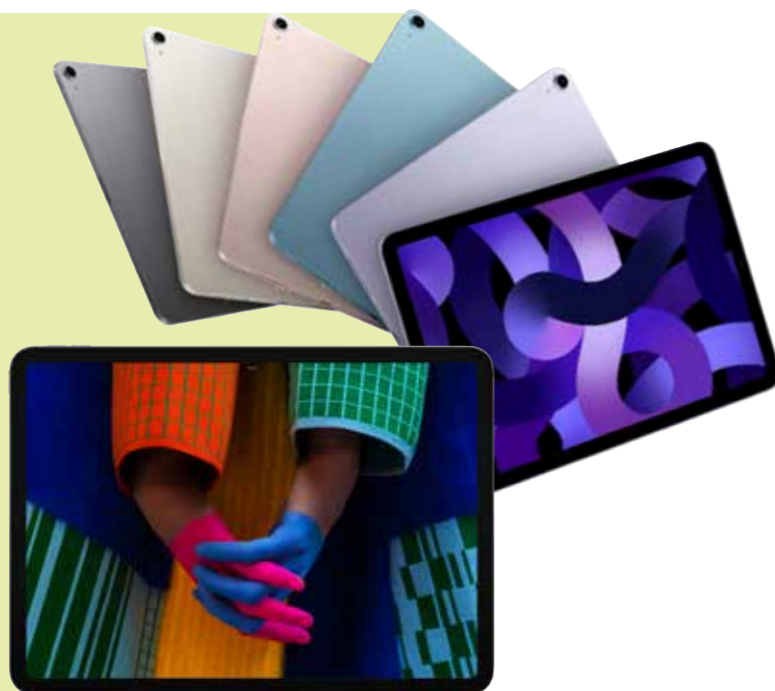


Bestway Flamingo vannspreder

Med denne Jumbo Flamingo vannsprederen kan du forvandle hagen til et eksotisk vannland i sommer! Flamingoen kobles til hageslangen, og vannet spruter fra den lange halsen til fuglen. Halsens høyeste punkt måler hele 1,8 meter, og bredden er nærmere tre meter, så det er ikke bare familiens minste som kan kjøle seg ned i denne sprederen på en varm sommerdag. [Les mer på coolstuff.no](#)

iPad Air

Apples nye iPad Air, som ble lansert i mars, beskrives som fyrig, fargerik og fjærlett. Den 10,9 tommer store Liquid retina-skjermen har avansert teknologi som True Tone, stort fargerom og anitrefleksbelegg. Touch ID er integrert i toppknappen, så du kan bruke fingeravtrykket ditt til å låse opp iPaden, logge på apper og gjennomføre sikre betalinger med Apple Pay. Du kan velge mellom fem farger på den nye iPad Air. M1-chipen man finner i andre av Apple sine produkter er også i denne iPaden. Du kan multitasker sømløst mellom kraftige apper og grafikkunne spill. [Les mer på applestore.com/no](#)



Vaffeljern for åpen ild

Nystekte vafler på tur kan aldri bli feil! Med dette vaffeljernet kan du ta med deg vaffelrøret i termos og steke vafle over glør eller åpen ild. Vaffeljernet steker én plate av gangen, og takket være det lange skaftet med trehåndtak kan du stå på trygg avstand fra ilden når du håndterer vaffeljernet. Selve vaffeljernet er i støpejern. En praktisk oppbevaringspose følger med. [Les mer på coolstuff.no](#)



Jaybird Vista 2

Dette er øreproppene tek.no omtaler som de aller beste til trening. Plugg de i ørene og kom deg ut på en deilig gå- eller løpetur i vår- og sommervarmen! Øreproppene er komfortable i ørene, og med tre utskiftbare geltupper er det enkelt å finne den som gjør at de sitter godt i akkurat dine ører. Batteritiden skal holde musikken i gang i hele åtte timer. De har IP68 og klassifisering av militær kvalitet for beskyttelse mot støv, vann, svette og støt. [Les mer på jaybirdsport.com/nb-no](#)



Husqvarna Automower® 310 Mark II

Tenk så deilig å se på at plenen blir klippet for deg! Denne robotgressklipperen har et kompakt firehjulsdesign og tar uanstrengt hånd om plener på opptil 1000 kvadratmeter. Den håndterer bakker med 40 prosent helling og leder seg selv gjennom trange passasjer. Når jobben er gjort, finner trippelsøkfunksjonen den raskeste veien tilbake til ladestasjonen. Robotgressklipperen kan styres med telefonen din og har frostvakt og værtimer. [Les mer på husqvarna.com/no](#)



IKEA Vindriktning

IKEAs luftkvalitetssensor til hjemmet, Vindriktning, er en fiffig liten sak som kan gjøre stor nytte i hjemmet. Det er ganske enkelt sånn at du kobler den til strøm, og deretter måler den luftkvaliteten der den står plassert i hjemmet ditt. Det gjør den ved å oppdage partikler, PM2.5, hjemme hos deg. Et lys viser tre nivåer av luftkvalitet: Grønn (god), gul (OK) og rød (ikke god). Den fungerer like godt i små og store rom, siden luftkvaliteten vanligvis er forholdsvis lik i hele rommet. [Les mer på ikea.no](#)

Cezinando var en stor hit på hovedscenen under festivalen i 2018. Foto: Anna Lerheim Rask/Øyafestivalen



God stemning under Sigrid-konserten på Øya i 2019. Foto: Helge Brekke/Øyafestivalen

Endelig Øyafestival igjen

Etter to år uten festival, gleder arrangøren seg veldig til å se en haug av folk i Tøyenparken igjen i august.

Tekst: Kine Myrvold Olsen Foto: Øyafestivalen

9.-13. august er det klar for publikumsfavoritten Øyafestivalen i Tøyenparken igjen. Med navn som Gorillaz, Nick Cave & The Bad Seeds, Florence + The Machine, Aurora og Girl in Red på plakaten, ligger alt til rette for noen herlige festivaldager.

- Vi har savnet helt enormt å kunne lage en stor festival med masse innhold, entusiastisk publikum, spennende artister og en fantastisk musikkglede. Nå planlegger vi den beste utgaven av Øya noensinne, og ser frem til å innfri både egne og andres forventninger. Tilbakemeldingene fra publikum og billettsalget, viser at det er mange som er sultne etter å komme tilbake til festivalnormalen, sier Jonas Prangerød, PR-sjef for Øyafestivalen.

- Hva gleder dere dere mest til?

- Å se det store, nysgjerrige Øya-publikummet hygge seg, og at de forhåpentligvis får både overraskelser og noen nye favorittartister, sier han.

Nesten 3000 frivillige

Selv om Øyafestivalen bare er noen dager hvert år, jobber det ti stykker på Øya-kontoret året rundt for å planlegge festival. De jobber med økonomi, markedsføring, booking, partnere og miljø. Prosessen med å finne ut av hvilke artister som skal på turné, av dem de ønsker å ha på festivalen, kan starte over et år i forkant.

- Det betyr at når en festival arrangeres, har vi allerede dialog med noen av de som skal spille året etter. Hoveddelen av artister slippes normalt i perioden november til mai, så det er da det er høyest aktivitet på booking- og annonseringsfronten, sier Jonas.

Når det nærmer seg festival utvider de kontoret med noen sentrale roller som er viktige for planlegging og gjennomføring. Før, under og etter festivaluka har de stab på 200, og i tillegg nesten 3000 frivillige.

- Da forrige festival ble arrangert i 2019 hadde vi over 2800 frivillige. I tillegg til å løse en rekke oppgaver, gir de oss verdifulle tilbakemeldinger og er gode ambassadører for festivalen. Deres lojalitet, glede og engasjement er noe vi setter enormt pris på. Vi gir hvert år mange unge mennesker sin første erfaring med arrangements- og musikkbransjen, og har hele tiden rekruttert fra de frivillige til betalte jobber, sier han, og legger til:

- Vi har en imponerende andel lojale frivillige som bidrar i mange år på rad. Det er populært å være frivillig på Øya, noe vi tar som et tegn på at de har det gøy og føler de blir godt tatt vare på.

Mange gode minner

PR-sjefen har flere opplevelser som han trekker frem som sine egne beste minner fra Øya. →



Arrangøren gleder seg veldig til å samle folk til gode konsertopplevelser igjen på Øya i august.
Foto: Bjørnar Elvestad/Øyafestivalen

- Vi som arrangerer festival har nok et litt annet perspektiv enn publikum og artister. God minner for oss skapes av at en artist vi har tro på blir godt mottatt av publikum, at endringer fungerte etter planen, eller rett og slett å ta innover seg publikums glede, forteller Jonas.

Når man jobber på en festival, er det ikke så mange hele konserter man rekker å få med seg, men han trekker frem noen gode konserter hvor han rakk å få med seg det aller meste: Janelle Monae i 2008, The Specials i 2010 og The Cure og Karpe i 2019.

Blir i Tøyenparken

Tidligere var Øyafestivalen i Middelalderparken i Oslo, men på grunn av arbeidet i Middelalderparken fra 2014 måtte de finne seg et nytt «hjem». Valget falt på Tøyenparken, og der planlegger de å bli.

- Vi så veldig raskt etter flyttinga at Tøyenparken på mange måter er kjempegodt egnet for arrangementer. Det betyr at vi planlegger å arrangere Øya i Tøyenparken i mange år fremover, sier PR-sjefen.

- Dere har en ambisjon om å være blant verdens mest miljøvennlige festivaler. Hva gjør dere for å nå dette målet?

- Mye av inspirasjonen til, og nødvendigheten av, gode, bærekraftige løsninger dukket opp tidlig i Øya-historien. Det startet med at vi så hvor mye avfall et stort arrangement skapte og hvor lett det var å miste kontroll over ressursbruken. År for år utvidet vi med nye satsinger og tiltak, for eksempel innen innkjøp, energi, mat, avfallshåndtering og transport. Det har samtidig vært viktig å la dette arbeidet bli en del av en felles forståelse i hele organisasjonen. Vi merker at publikum setter pris på både konkrete tiltak, større satsinger og tankene bak, sier Jonas.

Så da er det bare å glede seg til noen fine dager, med gode artister, forhåpentligvis strålende sol og nydelig mat og drikke i Tøyenparken i august. Tøyenparken er en gåtur på omtrent 20 minutter fra Oslo S, så det er perfekt å ta toget til og fra festivalen om du kommer utenbysfra. 🚆



Karpe samlet mange foran hovedscenen i regnværet i Tøyenparken i 2019.
Foto: Øyafestivalen



Piloter og kabinpersonell utenfor flyet på Oslo Lufthavn.

Flyvende oppstart for FLYR

Med populære reisemål både i inn- og utland, er Norges ferskeste flyselskap FLYR klar for en hektisk sommersesong.

Tekst: Kine Myrvold Olsen Foto: FLYR

Det var garantert noen som sperret opp øynene da Erik G. Braathen kom med nyheten om at han skulle starte opp et nytt flyselskap midt i korona-pandemien - på en tid hvor reiselivsbransjen fikk en solid nedtur. Norges nyeste flyselskap FLYR så likevel dagens lys senhøsten 2020. Driftstillatelsen kom i juni 2021 og første flyvning var til Tromsø den 30. juni 2021.

- Det har vært noen utrolig spennende måneder så langt. Siden selskapet ble opprettet under pandemien så var oppstarten på Teams over ni måneder. Fra vi startet opp med to fly og noen få reisemål, har vi virkelig fått bygget opp både

flyflåten og rutekartet, sier Anita Svanes, kommunikasjonsdirektør i FLYR, og legger til:

- Ved inngangen til 2022 hadde vi alle administrative og organisatoriske funksjoner på plass. Vårt topp moderne og fullt integrerte bookingsystem leverer som planlagt, merkenavnet vårt blir stadig bedre kjent og punktligheten har vært utmerket.

Klare for hektisk sommer

FLYR har flyvninger til populære reisemål i både inn- og utland, som for eksempel Tromsø, Bergen, Barcelona, Paris og Athen. Sommeren 2022 ser ut til å bli året hvor →



Piloter klare til avgang.



Anita Svanes er kommunikasjonsdirektør i Flyr

” Vi er nå klare for en sommersesong hvor vi vil tilby 44 ruter til 38 populære reisemål.

mange igjen vil pakke kofferten og reise utenlands på sommerferie. Flyr er opptatt av å være det enkle, ansvarlige flyselskapet som flyr mellom norske byer og populære reisemål i Europa.

– Vi er nå klare for en sommersesong hvor vi vil tilby 44 ruter til 38 populære reisemål. Vi har fått noen direkteruter for sommeren som vi er alene om å tilby fra Oslo: Montpellier, Zadar, Thessaloniki, Porto, Alghero og Valencia. Fra Bergen er vi alene om å fly direkte til Zadar. I vinter har vi flydd til flere attraktive reisemål i Alpene, samt at ruter til særlig Malaga og Alicante har vært populære, sier Svanes.

Fra august vil ruten til Gran Canaria være på plass igjen, med avganger på onsdager og lørdager først og deretter med økt frekvens utover senhøsten og vinteren.

Stortrives i kvadraturen

Utviklingen av selskapet har gått helt etter planen så langt. Per nå har Flyr syv fly drift, og i løpet av sommeren vil antallet være oppe i tolv. I alt er det 282 ansatte i Flyr per mars 2022, og over 100 av disse har arbeidsplass på hovedkontoret i Oslo sentrum.

– Vi stortrives på vårt hovedkontor i Nedre Vollgate 5. Det




Det første flyet til Flyr gikk fra Oslo Lufthavn til Tromsø 30. juni 2021.

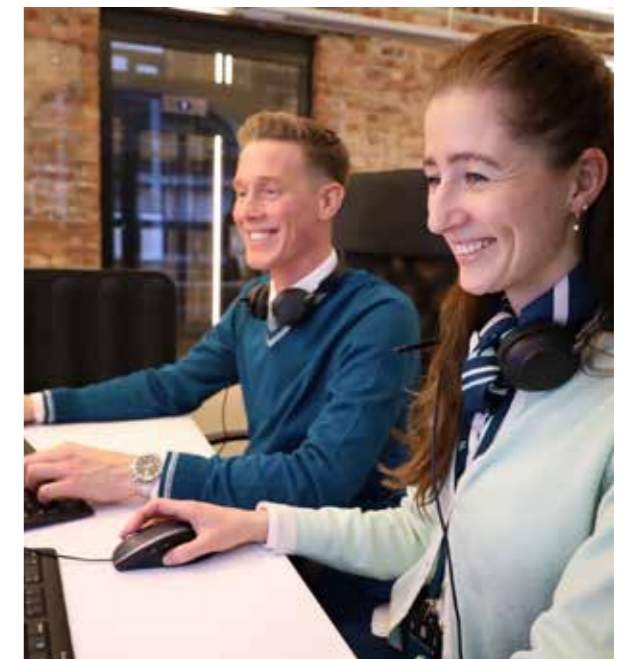
er så sentralt at de aller fleste kan benytte kollektivtilbudet, sykle eller gå til jobben. Det at lokalene lå sentralt til og nært et kollektivtilbud var veldig viktig for oss. Vi har også crewrom og kontor på Oslo Lufthavn, så det å være nær togene som går til Gardermoen, som Oslo S, er også viktig, sier Svanes.

Som et selskap i vekst, er de allerede i gang med å rekruttere flere medarbeidere.

– Det å drive etter den norske trepartsmodellen har vært sentralt helt fra starten. Vi har alle funksjoner i Norge og vi ansetter i direkte, hele og faste stillinger. Vi tror på åpenhet, dialog og direkte involvering av de ansatte og deres representanter i alle viktige prosesser, sier kommunikasjonsdirektøren.

Selv trives hun svært godt med å jobbe i det nyoppstartede flyselskapet.

– Vi får svært gode tilbakemeldinger fra de som reiser med oss og for rask og hjelpsom service på kundesenteret. Disse fantastiske tilbakemeldingene og fremgangen vi får til i utvikling og vekst gjør meg stolt av å være en del av Flyr-familien, sier hun. 



På kundesenteret til Flyr jobber alle for å gi rask og god service til de som trenger hjelp.

Ny kunst på Oslo S: «Å bære styggghetens ansikt»

Norsk-sudanske Ahmed Umar undersøker forholdet mellom kjønn, seksualitet, makt og kunst. Et av hans sort-hvitt-bilder skal vises i storformat på Sjøsidan av Oslo S fra våren/sommeren 2022 til våren 2023.

Tekst: Kine Myrvold Olsen og Kulturbyrået Mesén Foto: Ahmed Umar

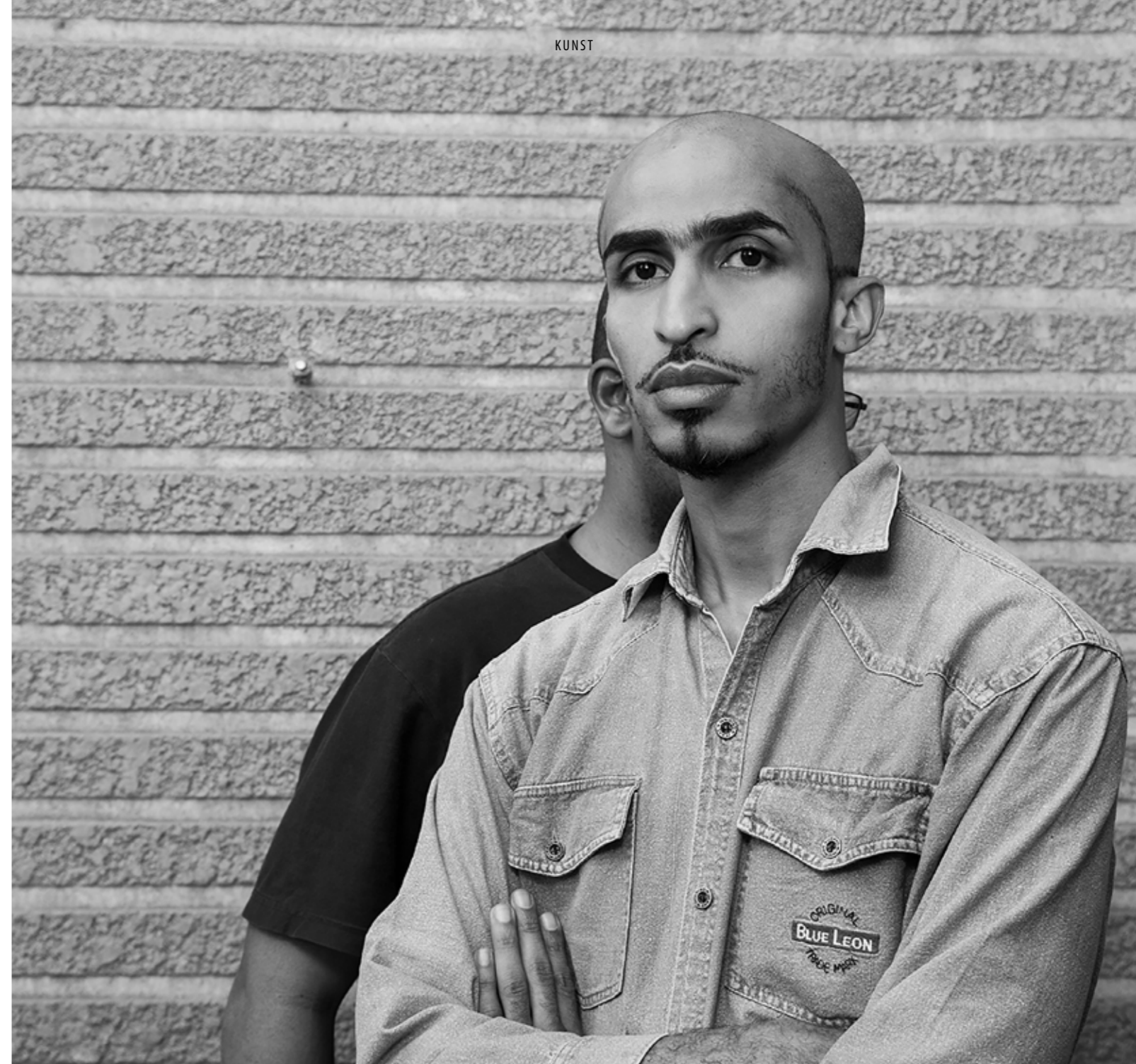
I 2018 reiste Ahmed Umar tilbake til Sudan for første gang siden han kom til Norge i 2008 som politisk flyktning. Hjemlandet Sudan var nemlig et av syv land som fremdeles praktiserte dødsstraff for homofili (dødsstraffen var en del av straffelovverket frem til 2020, og selv om den aldri ble praktisert har mennesker blitt alvorlig misbrukt fordi den har eksistert). I Sudan tok han initiativ til en rekke møter med mennesker fra LGBTQ+-miljøet som ikke kan leve åpent med sin seksualitet eller sitt kjønn på grunn av denne pågående rettslige og sosiale stigmatiseringen, samt risikoen for voldelig forfølgelse og å bli drept.

Sudans første åpne homofile mann

Umar lot seg inspirere av det sudanske ordtaket «bære styggghetens ansikt» som brukes om mennesker som gjør noe fremmed, konfronterer et problem og tar på seg skylden for det. Han ønsket gjennom sin rolle som Sudans første åpent homofile mann og som en stadig mer anerkjent kunstner bosatt i utlandet å låne sitt ansikt til disse individene og kollektive kampene. Gjennom dette prosjektet og utallige andre, har Umar blitt en talsperson og bærer av «styggghetens ansikt» for LHBTQ+-personer med minoritetsbakgrunn


i Norge, så vel som blant minoriteter fra Midtøsten og Afrika på globalt nivå. I tillegg til en etablert kunstnerisk praksis, drømmer Umar om å organisere den første offisielle Pride-festivalen i Sudans hovedstad, den såkalte Nile Pride 2030 i Khartoum.

- «Å bære styggghetens ansikt» er et lokalt uttrykk fra Sudan som beskriver det å være første synlige ansikt utad for en gruppe mennesker som tar et annet, upopulært standpunkt. I mitt tilfelle var det som første person til å komme offentlig ut som homofil i sudanesiske media. Det var veldig upopulært og ble møtt med mye avvisning og hat ettersom jeg var det første anerkjente ansiktet utad for LGBTQ+-miljøet i Sudan, og derfor bærer jeg «styggghetens ansikt» for mitt miljø. Frem til juli 2020 fastslo sudanesiske straffelov dødsstraff for 'sodomi'. I hemmelighet reiste jeg tilbake til Sudan etter å ha blitt innvilget norsk pass. Der portretterte jeg 8 LGBTQ+-personer og allierte som bor i Sudan. For deres personlige sikkerhet, lånte jeg dem mitt ansikt. Vi poserte slik at jeg dekket deres ansikter med mitt og jeg hadde på meg noen av deres klær og smykker. Jeg intervjuet dem også om deres drømmer og fremtidsvisjoner for Sudan, sier Umar.



Har mottatt flere priser

I Umars kunst blir sterke historier, gjerne hentet fra eget liv, arbeidet inn og reflektert i et bredt spekter av materialer og uttrykksformer, og kommer særlig til uttrykk i elementer av arabisk kalligrafi. Det ferdige uttrykket kommuniserer godt både visuelt, taktilt og følelsesmessig, og er dessuten også et resultat av en lang prosess med selvforståelse og aksept hos kunstneren selv.

I 2017 mottok Umar debutantprisen for sin installasjon Hijab (Annual Protection) ved Norske Kunsthåndverkeres årstutstilling og i 2018 også Scheiblers kunsthåndverkpris. Siden Umar kom til Norge som politisk flyktning i 2008 har han tatt mastergrad i medium- og materialbasert kunst ved Kunsthøgskolen i Oslo (2016) og blitt innkjøpt av blant andre Nasjonalmuseet, Drammens Museum for kunst og kulturhistorie og Oslo kommunes kunstsamling. 

KRYSSORD

	8			4			1			
							4	9		
2		1								
9						6				
			2						7	
7	6				5					3
5					2		3			
			4					8		
				6	1	5				

Sudoku

15 spørsmål

- Cesarion var sønn av hvilke to kjente historiske skikkelser?
- Hva kalles den mest kjente gaten i Las Vegas?
- Hvem spilte rollen som Oscar Wilde i filmen «Wilde» fra 1997?
- Hvilke farger har det vietnamesiske flagget?
- Hvilken vulkan ødela Pompeii?
- Hvilket år ble Wikipedia lansert?
- Hvilket år ble Ariel Sharon valgt til statsminister i Israel?
- Hvilket handicap har Al Pacino i «Duften av en kvinne»?
- Hvilken planet tok over etter Pluto som den minste i vårt solsystem?
- En trilogi består av tre bøker, hva heter en serie som består av fire?
- Hvilken by var hjembyen til Marco Polo?
- Hva heter Emily Brontes eneste roman?
- Hva heter verdens tyngste slange?
- Hvem skrev ned eventyret om «Snehvit»?
- Hvilken farge har diplomatskilter i Norge og hvilke bokstaver finner vi på disse?

1	2	3	4		5	6	XORD .no	7	8	9		10	11
12					13		14					15	
		16		17						18	19		
20	21		22							23			
	24	25					26					27	
28				29		30					31		
32			33					34		35			
		36				37	38		39				
40	41				42		43	44					45
46				47		48					49		
50			51					52		53			
		54						55				56	57
58	59				60						61		
62			63	64						65		66	
67							68						

- VANNRETT**
- Biffgur
 - Drager
 - Emballasjevekt
 - Kneipe
 - Terningkast
 - Tupper
 - Korridor
 - Desiliter
 - Utredningen
 - Bak
 - Det ... ikke på
 - Korte
 - Prøves
 - Fø opp
 - Pent
 - Krets
 - Løvtre
 - Russisk elv
 - Disponere
 - Skravler
 - Sjaskete
 - Kvinne
 - Kaotisk
 - Retning
 - 7391
 - Tærer
 - Ilden
 - Øyeblikkelig
 - Dyrebar
 - Konsern
 - Be
 - Væskan
 - Chiffer
 - Irriterer
 - Gjengivelse
- LODDRETT**
- Plass
 - Erobre
 - Kunst
 - Veggkledning
 - Gløtt (fl.)
 - Påskjønnelse
 - Gjøres rikere
 - Junior
 - Gressmarker
 - Dukkemann
 - Redsler
 - Dårligst
 - Farmasøyten
 - Formodning
 - Kameldyr
 - Overklassen
 - Skoddesky
 - Regne
 - Bergflatene
 - Satt ikke
 - Bukt
 - Røykstue
 - Arkade
 - Bønn
 - Maskinmennesker
 - Plassene
 - Vakt
 - Radio
 - Gummiskyvere
 - Spionere
 - Fostrer
 - Byrden
 - Inngang
 - Hamler
 - Vise
 - Idet

LØSNINGER PÅ BAKSIDEN

XORD .no

MUNNING KANTET HÅLKE EUROPEISKE DØDS-SÅR KV.-NAVN UMODEN FRUKT

KASTE-BRETT MELKE-KJERTLER RESIDERE AV-FELDIG TRESLAG SKATENE

KAN TANGO VÆRE MAMMA VÆRELSE ULYDIG-HET BITENE ANTREKK BIL-MERKE TÅPELIGE

EN KING GÅR FORBI FJELL-GÅRD

SØLV GOD-KJEN-NINGER SPORTS-GREN SJARM PAR-SELLER

DØR-STOKK I TILLEGG SELE ANNON-SERTE

MØBEL KVISTENE ANLØPT EIM CELLE-BYGGESTOFF MØBEL-GIGANT KV.-NAVN

OVER-DYNGE SLEIPE SÅ GODT SOM

FORE-TAK KOM-MUNE TØNNE

SJOKO-LADE EDELSTEN AVFATTE UTSTIK-KERE SATTE FYR PÅ

IKKE TRÅD-STING SOLO-SANG IVRET DÅRE

TIL STADIG-HET DAMPE GRUVE-GANG

LEVER 1000 GRAM FOR-ÆRTE MAJE-STETER SLETTE

STJERNE MEST GLUP

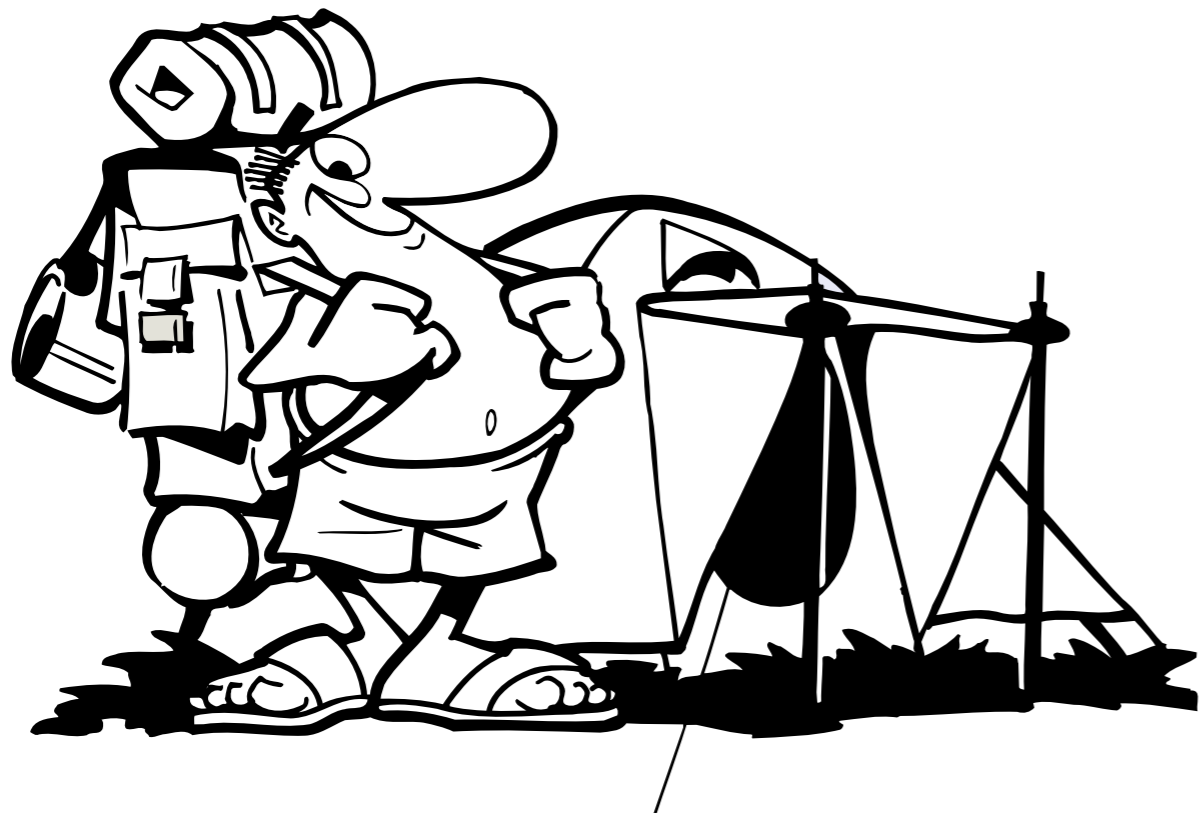
NAVNE-DAG 26.04. FULGTE

PREMIEKRYSSORD: 1 gavekort á kr 500,- på BELLA BAMBINA. Løsningen sendes på mail til eiendom@banenor.no, eller til BANE NOR EIENDOM, Postboks 9026, Grønland, 0133 Oslo.

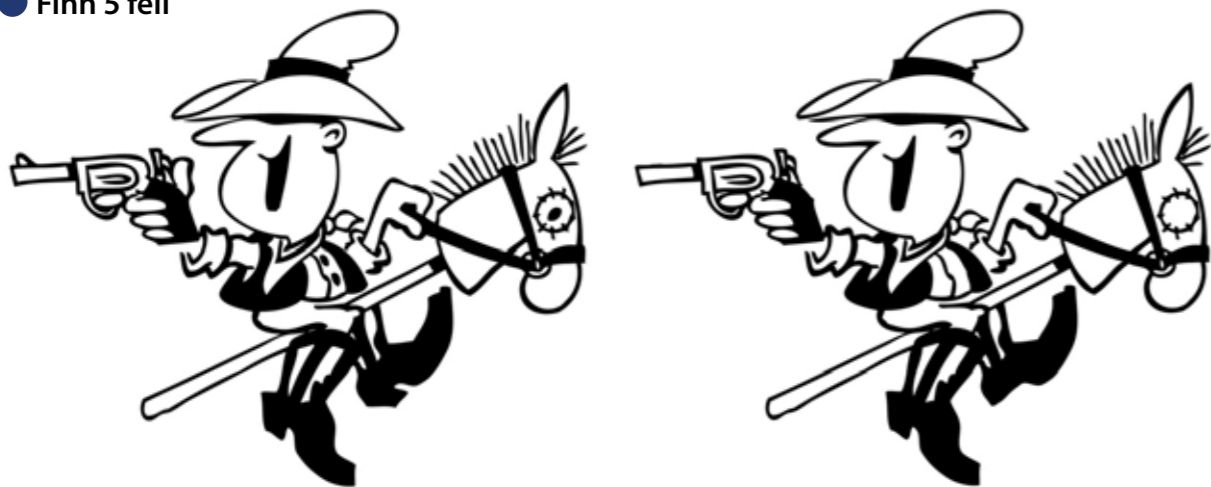
INNLEVERINGSFRIST: 1. august 2022. Vinner av kryssordet i nr 1/22 ble: Frederikke Kleppesto fra Oslo.



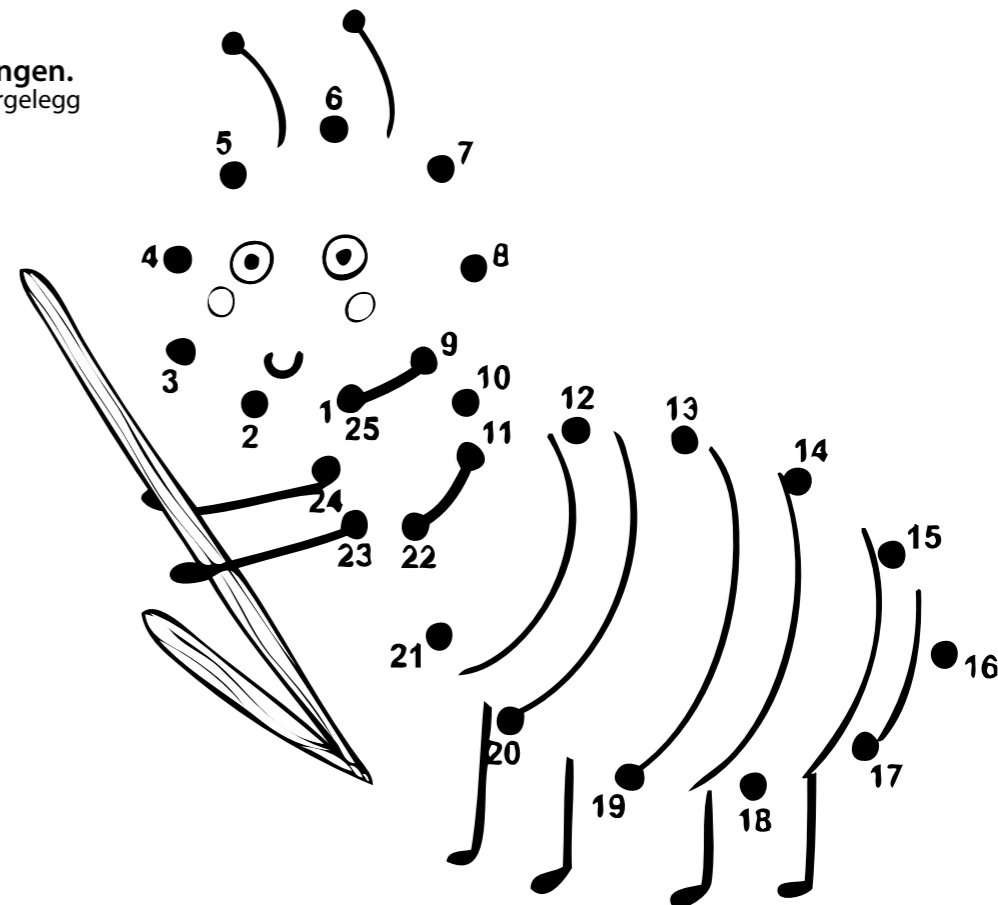
● Fargelegg tegningen slik du selv ønsker.



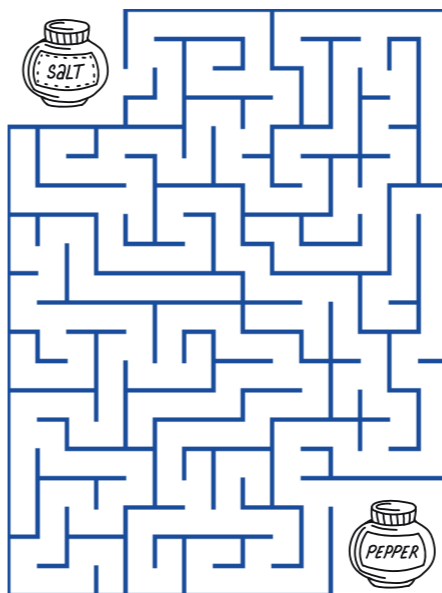
● Finn 5 feil



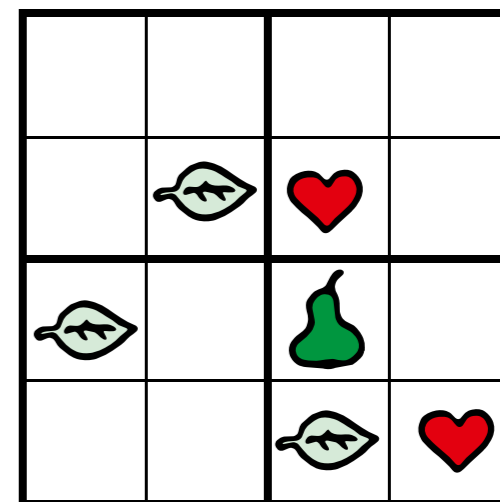
● Fullfør tegningen.
Strek opp og fargelegg



● Hjelp salt å finne pepper



● Sudoku.



SE SVARENE PÅ BAKSIDEN

MESTER GRØNN



3 FOR 2

[Snittblomster]

Gjelder merkede varer.

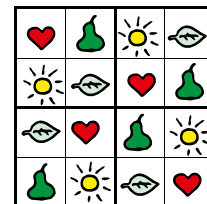
Løsninger til oppgaver på s. 60-63

- Julius Caesar og Kleopatra
- The Strip
- Stephen Fry
- Rødt og gult
- Vesuv
- 2001
- 2001
- Blind
- Merkur
- Tetralogi
- Venezia
- Stormfulle Høyder
- Anakonda
- Brødrene Grimm
- Blå og CD

1	S	T	A	T	I	S	T		B	J	E	L	K	E
12	T	A	R	A		T	A	V	E	R	N	E	N	
	E		S	P	A	R	K	E	R		G	A	N	G
20	D	L		E	P	I	K	R	I	S	E	N	S	
	A	T	T	O	M		S	K	O	R	T	E	T	
28	S	M	Å		T	E	S	T	E	S		A	L	E
32	V	A	K	K	E	R	T		S	I	R	K	E	L
	A		E	I	K		O	B		E	I	E		S
40	B	A	B	L	E	R		U	S	T	E	L	T	E
46	E	V	A		R	O	T	E	T	E		S	Ø	R
50	R	E	N	N	E	B	U		E	T	S	E	R	
	G		K	A	N	O	N	A	D	E	N		N	Å
58	E	D	E	L		T	E	L	E	N	O	R		K
62	N	Ø		E	T	E	R	E	N		K	O	D	E
67	E	R	G	R	E	R		R	E	F	E	R	A	T



9	2	4	5	1	6	8	7	3
7	3	6	4	2	8	5	1	9
8	5	1	7	3	9	6	2	4
5	7	2	1	4	3	9	6	8
3	6	9	8	5	2	1	4	7
1	4	8	6	9	7	3	5	2
6	9	3	2	7	1	4	8	5
4	8	7	3	6	5	2	9	1
2	1	5	9	8	4	7	3	6



					U			B							
					→ F	I	N	T ↘		L					
					A	K	E		M	V	A				
					B	O	K	S	E	R					
					E	N	T	Y	D	I	G				
					L	E	E	R	↓		Å				
Ø	D	E		S	A	K	S		N	T	L	A	R		
	U	T	S	T	R	A	K	T	E		D	I	S		
		R	E	V	A	N	S	J	E		A	R	T	I	G
			R	E	P		S	O	L	Ø	R		T	A	U
S	K	V	I	P	↖	A	R	T	S	K	E	↙		L	
	J	O	S	E	F		T	E	T	E	N		D	L	
	E	L		S	L	U	E		E	N	T	R	E	R	
	K	L	M		Y	T	R	E	R		R	E	N	A	
O	S		Å	L	T	E		I	D	E	E	N		M	
	B	A	L	J	E		S	N	Ø	S	T	O	R	M	
	O	T	T	O	↘	H	J	E	L	P		M	Y	E	
	K	L	E	M		U	E	R		E	M	M	E	N	
	S	E		E	D	E	L		U	N	G	E	N	E	

LØSNING KRYSSORD FRA OSLO S NR.01.2022