

OSLO S

Momodou
Lion Njie



Utgave 2/2024

Vår/sommer 2024

TEMA FOTBALL:

Kåffa Underdogs

Les også: Europas kulturhovedstad Bodø. Verdt et besøk? → 36 Enkel, men perfekt italiensk klassiker → 26 Fotball er alltid best live, men nest best på pub → 24 Hva skjer i Oslo? En guide til alt du må få med deg → 46



KANELSNURREN



ØSTBANEHALLEN	mandag-fredag	7-20
	lørdag	9-19
	søndag	10-19

Leder

Den observante leser legger kanskje merke til at denne utgaven av Oslo S-magasinet er noe annerledes. Magasinet har nemlig fått annet innhold og nytt design.

Den nye drakten synes vi er kledelig for et magasin som representerer både knutepunktet Oslo S og tilhørende leietakere, men også Oslo som storby og hovedstad.

Når denne utgaven er sendt i trykken har vi akkurat kommet i gang med mars måned. De kaldeste månedene er altså forbi, og en kan merke at det er vår i lufta. Mange i Oslo – og andre steder i landet – gleder seg til at Eliteserien i fotball for herrer skal komme i gang. Her i byen ble det forrige sesong skrevet historie da KFUM rykket opp til øverste divisjon. Dette har også blitt utgangspunkt og hovedtema for denne utgaven av magasinet vårt. I tillegg til saker om «Kåffa», fotball og sport, har vi også spennende stoff for deg som er glad i mat, underholdning og reise. Noe for enhver smak, men andre ord.

Målet er å lage et magasin som er relevant for deg som er Oslo-boer, men også for deg som er på besøk i byen vi er så glad i. Kanskje du trenger lesestoff til togturen eller bussturen. Kanskje du venter på noen. Eller kanskje du bare ønsker å lese litt mens du tar deg en kaffe eller en matbit på et av våre serveringsteder. Uansett hvor du befinner deg eller er på vei, så håper vi at du finner en sak eller to som kan virke interessant.



God fornøyelse og god sommer!

Torstein Heldal
Senterleder Oslo S

Design og produksjon: Dinamo
Redaktør: Torstein Heldal
Forsidefoto: Pål Laukli/Tinagent
Skribenter: Henrik Weido Lorentzen,
John Rørdam, Carolina Skajem
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 spørsmål? **Kontakt:** anne.gro@dinamo.no

Oslo-s.no

 @oslos.shopping

 @oslo_s

Innhold

Vår/sommer 2024

12

Momodou Lion Njie og Kåffa har lagt planen for å overleve i eliteserien.

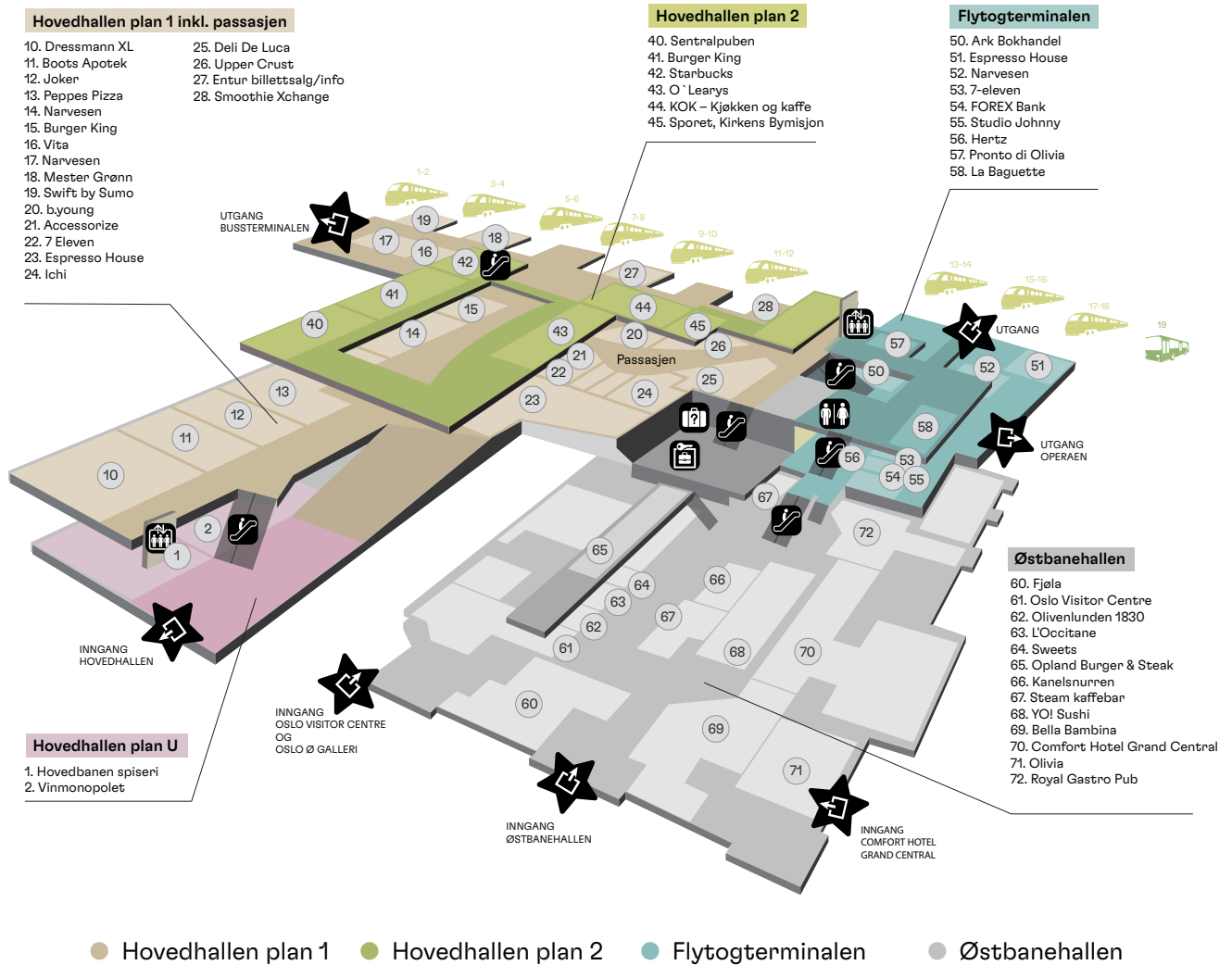


26

Kjøkkensjefen Cristian Deniz elsker enkle retter hvor alt fokus er på gode råvaren.



Oversiktskart	6	Minimalistisk smaksbombe	26
Tre på Oslo S	8	Go to gate	32
Portrett: Underdogs	12	Boktips	34
Njies tre Oslofavoritter	18	Reise: Bodø	36
Norway cup	20	Tips til titteren og lytteren	40
Sportspub med stor S	24	Sommer kommer	42
		Hva skjer i Oslo?	46
		Uteservering	52
		Pronto di Olivia	53
		Hittegodskontoret	54
		Sudoku & quiz	56
		Barnas side	57
		Løsning quiz & sudoku	58



Slik finner du frem hos oss

Her ser du en oversikt over alle butikker, serveringssteder og servicetilbud på Oslo S og i Østbanehallen.

Spisesteder



7-Eleven Flytogterminalen
Tif. 90 41 33 49

Fjøla
Tif. 21 52 52 80

Opland Burger & Steak
Tif. 22 17 94 00

Steam kaffebar
Tif. 47 90 82 66

7-Eleven Hovedhallen
Tif. 22 05 90 92

Hovedbanen spiseri
Tif. 456 08 040

Peppes Pizza
Tif. 22 22 55 55

Swift by Sumo
Tif. 40 00 07 39

Bella Bambina Ristorante
Tif. 22 17 42 00

Kanelsnurren
Tif. 94 14 77 68

Pronto di Olivia
Tif. 47 45 57 86

Upper Crust
Tif. 98 26 73 33

Burger King
Tif. 22 17 01 94

KOK – Kjøkken og kaffe
Tif. 41 26 09 75

Royal Gastropub
Tif. 21 08 22 72

Yo! Sushi
Tif. 21 52 52 90

Deli de Luca
Tif. 22 17 10 50

La Baguette
Tif. 98 28 72 38

Sentralpuben
Tif. 22 17 30 36

Espresso House
Tif. 21 06 48 18

O´Learys
Tif. 48 02 17 89

Smoothie Xchange
Tif. 94 83 49 30

Espresso House hovedhallen
Tif. 45 94 05 56

Olivia
Tif. 23 11 54 70

Starbucks
Tif. 45 28 34 72

Shopping



Accessorize
Tif. 48 95 38 78

FOREX bank
Tif. 22 17 22 65

**Narvesen
hovedhallen plan 1**
Tif. 22 17 05 85

Studio Johnny
Tif. 97 32 22 92

ARK
Tif. 96 62 56 23

Hertz Bilutleie
Tif. 22 17 67 22

**Narvesen
Flytogterminalen**
Tif. 91 16 76 37

Sweets
Tif. 48 00 75 77

b.young
Tif. 22 17 55 55

Ichi
Tif. 22 17 99 70

**Narvesen v/
inngang nord**
Tif. 22 17 64 67

Vinmonopolet
Tif. 04 56 0

Boots apotek
Tif. 22 05 38 20

Joker
Tif. 99 39 02 24/
22 17 25 04

Olivenlunden 1830
Tif. 92 02 01 62

VITA
Tif. 22 17 46 00

**Comfort Hotel
Grand Central**
Tif. 22 98 28 00

L´Occitane
Tif. 92 02 02 39

Oslo Visitor Centre
Tif. 81 53 05 55

Dressmann XL
Tif. 23 12 26 38

Mester Grønn
Tif. 32 22 96 11

Tre på Oslo S



Vi har spurt tre tilfeldige på Oslo S om hva de savner i Oslo.



Sauer Anwarulhaq

Fra **Ås**

På vei til **Restaurant med venner**

Kanskje enda flere restauranter på Grønland. Det finnes jo massevis av restauranter der, men det hadde vært fint med flere tyrkiske restauranter.

Anne Katrine Kaels

Fra **Høvik stasjon**

På vei til **Jobb**

Jeg tror ikke det er så mye jeg savner, jeg synes i grunnen det er mange spennende steder og gater. Jeg jobber jo i Oslo, men ellers er jeg ikke så mye i Oslo sentrum. Jeg er nok oftere på Oslo S, så det er lettere for meg med det som utgangspunkt. Her synes jeg det er mye varierte tilbud, og det å ankomme stasjonen og møte storbyens puls er en god start på dagen. Det er et bra utvalg av butikker og kafeer, samt blomsterbutikk, men hvis det er noe jeg savner er det kanskje musikk av noe slag, for eksempel gatemusikanter, eller noen pop-up butikker.





Anette Kristiansen

Fra **Sarpsborg**

På vei til **Standup med Lars Berrum**

Jeg må si at jeg stort sett er fornøyd med det Oslo har å tilby. Hvis jeg skal velge noe jeg ville hatt enda mer av, må det bli flere internasjonale konserter.

Olivia Østbanehallen

Jernbanetorget 1, 0154 Oslo

+47 21 09 02 54

Olivia

Bordbestilling og meny

besøk oss på olivia.no

eller scan QR-koden



CIAO MILANO!

I hallen til Oslos første jernbanestasjon ligger Olivia Østbanehallen plassert mellom hvelvingene fra 1854 og torget mot Operaen. Følelsen her er helt spesiell – og forklares best på italiensk: grande.

Vår store og luftige uteservering med utsikt mot fjorden er perfekt for å nyte en aperitivo i solen!

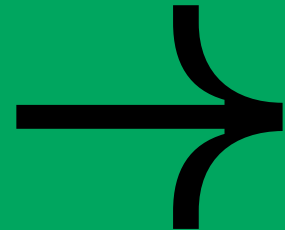
Cin, cin!



BENVENUTO E BUON APPETITO!



Tema: fotball



Les om hva stopper-
talentet Mo i «Kåffa»
tenker om eliteseriespill,
hvorfor Norway Cup er
en inkluderende arena,
eller om vårsesongen
på O'Learys.



Mo har selvtilliten som
trengs når kreftene skal
måles mot de beste.

Tekst

John Rørdam/Dinamo

Foto

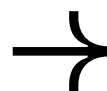
Pål Laukli/Tinagent

Tema: fotball

13

UNDER DOGS

Momodou Lion Njie var en av de sentrale spillerne da Kåffa rykket opp til eliteserien. Likevel er Kolbotn-gutten foreløpig et stykke unna stjernestatus, bortsett fra i gata til tante i Gambia. Der er han en legende.



MOMODOU, ELLER MO som han også blir kalt, kommer slentrende i treningstøy fra styrkerommet etter å ha stått over dagens fotballøkt med et lite overtråkk. Han beroliger med at det helt ufarlig, og bare en sår ankel som trenger litt hvile. Mo er bare 22 år, men veien til eliteseriespill for Kåffa har vært lang.

– Jeg har alltid hatt ambisjoner om å bli fotballspiller, men det er jo ikke alltid at det er nok. Veien hit har vært litt kronglete. Jeg er jo Kolbotn-gutt, og det var der det starta, før jeg dro videre til Vålerenga som femtenåring og var der i litt under et år.

Vi skal ikke snakke så mye om lag som er i lavere divisjoner, men Vålerenga var ikke laget for deg?

– Det funka ikke, og det var tøft å oppdage at jeg ikke var like god som andre på min alder. Jeg hang langt bak, og det var ikke nødvendigvis klubben det var noe galt med. Jeg endte opp med å vurdere andre klubber like før jeg skulle starte på videregående, men da sa pappa at jeg måtte stoppe litt opp, slappe av og finne gleden med å spille fotball igjen. Den ble borte da jeg var i Vålerenga. Jeg gikk tilbake til moderklubben Kolbotn og spilte for seniorlaget som 16 åring i 4. divisjon. Etter det var jeg i både Follo og Skeid før jeg fikk min første skikkelige seniorsesong i 2. divisjon med Moss.

Der imponerte han såpass at KFUM mente det var en god investering, og nå er Momodou på sin tredje sesong i den røde og hvite drakten. Mo er enig i at 2023-sesongen var et lite gjennombrudd.

– Jeg liker å si at jeg var godt i gang i 2022 også, men da ble jeg skadet. Men i fjor ble det skikkelig fart på sakene. Det ble bra til slutt. Jeg er veldig fornøyd med både min og lagets innsats.



– Hardt arbeid slår talent når talent ikke jobber hardt.

– Momodou Lion Njie

Selv om du bare er 22 år, er det kanskje greit å tenke på seg selv som en «late bloomer»?

– Absolutt, men uten å skryte, jeg var også ganske god som ung. Da vi spilte 5'er- og 7'er-fotball var jeg bra. Så ble jeg vel litt lat, tenkte at jeg kunne hvile på talentet mitt. Det var læring i det. Hardt arbeid slår talent når talent ikke jobber hardt, så da ble jeg tatt igjen av mange rundt meg. Da jeg var ferdig i Vålerenga skjønte jeg at jeg måtte skjerpe meg og komme meg opp på hesten igjen. Etter det har det gått riktig vei, og det er hardt arbeid som har fått meg hit jeg er i dag, sier Mo.

KÅFFA ER OPPTATT AV Å STÅ FRAM som et kollektiv både som lag og klubb, men i alle lag er det også personligheter. Hva ser du på som dine sterkeste egenskaper som fotballspiller, og hvordan skal du bidra til å gjøre laget enda bedre?

– Jeg ser på meg selv som en leder selv om jeg ikke er kaptein, men jeg liker å prate. Kanskje en ballspillende midtstopper som er god til å kommunisere med lagkameratene. Med bra fysikk. Vi har en spillestil hvor vi starter angrepene bakfra, og jeg liker å spille ballen framover til de som er bedre enn meg til å angripe. Jeg legger enormt mye ære i å forsvare. Det er gøy å score mål, men jeg synes kanskje det er enda morsommere å hindre mål. Der har du en kort oppsummering av meg som fotballspiller.



Momodou Lion Njie elsker at ekspertene ikke har tro på Kåffa.





Kåffa og Mo ønsker Oslo-folk velkommen til eliteseriefotball på Ekebergsletta.

Det norske landslaget har utfordringer på midtstopperplass ...

– Nei, nei, det er det du som insinuerer, ikke meg, sier Mo og rister energisk på hodet før han fortsetter.

– Ambisjoner er viktig, og min oppskrift er å jobbe hardt og se hvor langt det tar meg. Jeg tenker at det er bra å ta ett steg om gangen, i fjor følte jeg at jeg mestret nivået i OBOS-ligaen. Nå må jeg fikse eliteserienivået, og så får vi se hvordan det går. Jeg er bare 22 år, og det er mange muligheter framover som jeg må ta vare på. Jeg signerte nettopp en 3-årskontrakt med Kåffa og jeg er veldig fornøyd med å være her med fine folk rundt meg som vet hva som er riktig for meg. Tenker ikke mye på framtiden utover at jeg skal gjøre mitt beste for å bidra til at 2024 blir et godt år for klubben.

Momodou Lion Njie er i likhet med resten av Kåffa-spillerne foreløpig ikke et navn med stjernestatus. Bortsett fra ett sted i verden.

– Ja, det er gøy. Jeg har en stor familie i

Gambia, og pleier å reise ned noen uker i desember for å være sammen med dem. Sist jeg dro bestilte jeg 20 drakter som jeg hadde med, i tillegg til et sett med gamle drakter. Så nå er det et fotballag som spiller med Kåffa-drakter i Gambia. Akkurat i den ene gata der tanten min bor er jeg en stor stjerne, ellers er det ikke en kjeft som vet hvem jeg er. Men i den ene gata er jeg legende, skikkelig storkar. Jeg må henge hos tante oftere, hver gang jeg trenger å booste egoet må jeg ta en tur, sier Mo og ler høyt.

DET HAR SKJEDD MYE siden Kåffa rykket opp til OBOS-ligaen i 2015 som en litt tilfeldig sammensatt kompisgjeng av spillere som kom tilbake til klubben etter å ha vært ute. Nå er klubben bedre forberedt, og til tross for at de sannsynligvis er nederst på budsjettabelen, er apparatet i dag langt mer profesjonelt. Satsningen på eliteserielaget er seriøs og krever ressurser, og derfor er det viktig at alle som er tilknyttet klubben skal føle seg som en del av eventyret. Både

klubben og Mo har helt klare ambisjoner om at oppholdet i eliteserien ikke skal bli så kortvarig som mange eksperter har spådd.

– Selvtilliten er akkurat der den skal være, men vi prøver å være ydmyke utad. Ekspertene må gjerne fortsette å plassere oss nederst på tabellen. Vi har tro på laget, trenere og alt rundt. Det er ikke så stor bekymring for nivåforskjellen, vi har tro på det

spiller, hva som er sterke og svake sider. Det er gøy å følge med, og lærerikt for meg som fotballspiller å dykke ned i detaljene.

KÅFFA ER EN KLUBB SOM representerer Oslo på en unik måte, og med et par unntak er alle spillerne fra nærområdet i Oslo. Klubben har en solid forankring i lokalsamfunnet og gjør supportertene stolte, ikke bare gjennom elite-

– Ambisjoner er viktig, og da er jo min oppskrift å jobbe hardt og se hvor langt det tar meg.

– Momodou Lion Njie

vi holder på med og at kvaliteten på det vi gjør er bra nok. Jeg tenker også at forskjellen fra de fire beste lagene i OBOS til de fem-seks nederste i eliteserien ikke er så stor. KFUM og Kristiansund er mindre klubber enn Vålerenga, og det er motiverende å vise at det er mulig.

Å bli stemplet som underdogs er noe Kåffa gjengen ser på som positivt, og hvis noen av de mer etablerte lagene skulle komme til å tenke at kampene mot nykomlingene blir enkle er det helt perfekt i følge Mo.

– 100 prosent. Det er det vi håper på. Vi trives godt med å bli undervurdert. Det er mye bedre å slå nedenfra. Vi vet at når vi er på vårt beste kan vi spille jevnt med hvert eneste lag. Selv Bodø/Glimt og Molde. Folk må gjerne tenke at vi er gærne i huet, men det er det vi tror.

– Mamma mener at fotball er en altfor stor del av livet mitt. Hun har kanskje litt rett, jeg er en skikkelig fotballnerd. Jeg har god oversikt over motstanderne, hvordan de

serielaget, men det gode arbeidet i bredden med barne- og ungdomsfotballen, akademiet og gatelaget. Mo mener det er flere gode grunner til at fotballinteresserte i Oslo burde gi Kåffa en sjanse.

– Hvis folk vil se god fotball, og ikke minst eliteseriefotball, er det bare å ta turen opp på Ekebergsletta. Jeg tror det er mange som prater om oss uten å ha sett oss spille, og egentlig ikke aner hva vi holder på med. Mange vil bli overrasket, vi spiller en type fotball som er kul å se på. Så vær tidlig ute og hopp på Kåffa-bølgen før alle andre gjør det. Det som kommer til å være det mest oppsiktsvekkende er at vi kommer til å styre kamper mot lag som er antatt bedre enn oss. Nei, men nå må jeg slutte, sier Mo og avbryter seg selv.

– Jeg skal ikke snakke på oss for mye oppmerksomhet, det kan vi gjøre når vi har fått nok poeng. Da er det greit, da kan vi kalle oss gode, gliser Momodou Lion Njie. 📍

Momodou Lion Njie sine Oslo-favoritter

1 COLOSSEUM KINO

Jeg liker å gå på kino. Se bra filmer på kino er alltid koselig. Det er et eller annet med Colosseum. Jeg liker den kinoen.



Foto – Nordisk Film Kino

2 BRASILIA RESTAURANT

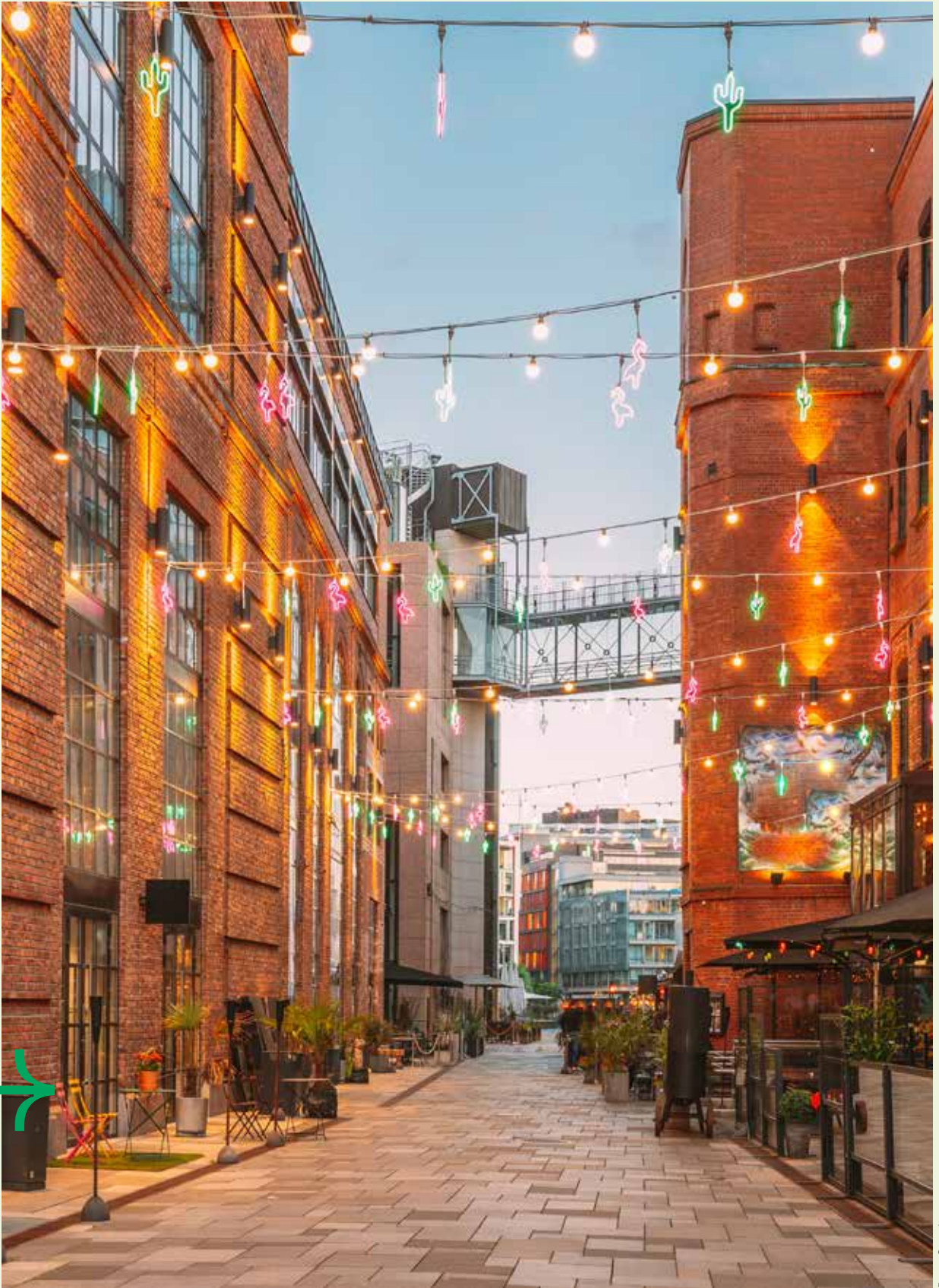
Det er en restaurant på Rådhusplassen midt i Oslo. Den er bra, det er en favoritt hvis jeg skal spise noe litt nice.



Foto – Brasilia restaurant

3 AKER BRYGGE

Perfekt en fin sommerdag, bare rusle rundt og kikke på livet. Kanskje ta en is, håper ikke trenerne leser dette. Kosthold er viktig og is er ikke på lista over det vi bør spise, men en gang iblant må det være lov å bryte reglene litt.





I fjor ble det satt ny rekord, med hele 2 183 deltakende lag. Også i år ligger det an til svært høy deltakelse. I verdens største fotballturnering for barn og unge handler det om idrettsglede, jubel, oppturer og nedturer – men også om samhold, inkludering og et helt unikt fellesskap.

Mer enn bare en fotballturnering

NORWAY CUP ARRANGERES hver sommer av Bekkelagets Sportsklub, og er blitt avholdt på Ekebergsletta i Oslo siden 1972. Turneringen har altså samlet barn og unge, søsken og venner, foreldre og besteforeldre i over 50 år. 2024 blir intet unntak.

– Det var selvsagt moro at det i fjor var et rekordhøyt antall lag som deltok, men vi er også veldig stolte av at det var et rekordhøyt antall frivillige på sletta, sier Marthe Bøhler, som er Norway Cups arrangementssjef. Det er helt avgjørende for oss. Vårt mål er at absolutt alle barn og unge skal reise hjem fra sletta med gode minner i sekken.

ET FELLES ANSVAR

Et av områdene som Norway Cup vier ekstra oppmerksomhet, er trygge omgivelser på sletta. Dette ble spesielt aktuelt etter pandemien da Bøhler og de andre i ledelsen så et stort frafall på dommersiden i fjor.

Tekst

Henrik Weido
Lorentzen/Dinamo

Foto

Norway Cup



Marthe Bøhler,
Norway Cups
arrangementssjef

– Noe av det første vi da gjorde var å da kontakt med dommersjef og NFF for å høre hvordan det faktisk sto til både nasjonalt og internasjonalt. Beskjeden var rimelig klar. Det sto dårlig til. Vi har jo sett overskrifter her hjemme rundt dommere og dette med hets og trakassering, og faktum er at man har slitt med å beholde dommere, men også med å rekruttere. Dette tok vi tak i sammen med Norges fotballforbund, og innførte det vi kaller «kampvert» på alle kamper i aldersgruppen 13-19 år. Utfordringen var selvsagt å få med seg tusenvis av mennesker på et slik prosjekt, så da gikk vi sammen med juridisk avdeling og Fair Play i fotballforbundet slik at det faktisk var mulig å kunne gjennomføre dette i cupregi.

Ved hjelp av god kommunikasjon med både nasjonale og internasjonale lag, samt et eget teknisk team som hele tiden var behjelpelig, var hele 22 000 mennesker med på fjorårets prosjekt.



– Det var viktig at alle visste hva som ventet dem, sier Bøhler. Med en gang et lag sjekket inn fikk laget en gul vest med «kampvert» skrevet i tydelige bokstaver, i tillegg til informasjon om hva som ville være de fem viktigste oppgavene. I år er planen å innføre kampverter for alle klassene i turneringen. Dette i samarbeid med fotballforbundet og hovedsponsorer.

– Dette er vårt store satsningsområde, sier Bøhler, og prosjektet er ganske unikt. Her snakker vi om rundt 35 000 mennesker som vil være involvert. Vi mener jo at alle som er med på turneringen, enten det er på eller utenfor banen, har et ansvar. Det handler om et samfunnsansvar, enten man er spiller, forelder eller besteforelder. Så er det opp til oss å ha et prosjekt som er gjennomførbart og tilrettelegge på best mulig måte.

JENTER SOM KOMMER OG JENTER SOM GÅR

Marthe Bøhler kan informere om at det for tiden suser inn med påmeldinger, og at det aldri tidligere har vært så stor pågang av lag som ønsker å være med.

Det jobbes i kulissene for å tiltrekke seg enda flere jenter. →



Her er det nok spilleren til venstre som har fulgt med i timen.

Foreløpig er det lag fra 22 forskjellige nasjoner som har meldt seg på. Samtidig skulle Bøhler gjerne sett enda flere jenter på sletta.

– Vi har vært gode over tid når det gjelder jenter, men vi vet at nasjonalt sett er det stort frafall av jenter i fotballen, spesielt etter pandemien, påpeker Bøhler. Vi har gode tall i ungdomsklassen, men vi ser at vi sliter litt med rekruttering av de aller yngste og at det også blir færre av de eldste jentene mellom 16 og 19 år. Idretten jobber mye med å få inn flere kvinnelige trenere, lagledere og ledere, og dette er også viktig for oss med tanke på rekruttering av flere jenter inn i fotballen.

Norway Cup samarbeider nå med Thon Hotels, en av hovedsponsorene til turneringen, samt Norges Fotballforbund for å beholde flest mulig ungdommer. Det arrangeres blant annet inspirasjonskurs for de eldste jentene, samt fagseminar med trenere og lagledere.

– Det handler ikke om drømmen om å bli proff, det handler om å utfolde seg på en idrettsarena og det å være sammen



med vennene dine, sier Bøhler. Og dette handler jo om mer enn Norway Cup, dette handler om norsk fotball og breddeidrett.

STØTTE BETYR ALT

At det har blitt dyrere for barn og unge å spille fotball, noe som er med på å skape skiller i samfunnet, har blitt omtalt flere ganger i media de siste årene. Bøhler sier at turneringen er helt avhengig av støtte:

– I fjor gikk vi hardt ut i media, mye på grunn av en utvikling man dessverre også ser i Norge, der det blir dyrere og dyrere å drive med idrett. Dette skaper igjen skiller mellom hvem som blir i idretten og hvem som slutter – på grunn av økonomien hjemme. Det siste vi ønsker å rokke ved er vår påmeldingsavgift, men når vi får mindre og mindre støtte for hvert eneste år, så kan vi til slutt ikke arrangere Norway Cup. Det var derfor vi gikk ut i pressen under turneringen i fjor. Det var egentlig mot Oslo kommune, fordi prislappen blir for stor. Vi er selvsagt kjempespent på hvilken støtte vi får i år, noe vi enda ikke fått svar på. Det vi vet, er at bystyret har bedt byråden påse at Norway Cup får rammevilkår som reduserer kostnader knyttet til kommunale tjenester og infrastruktur. Så nå ser vi frem til et bedre utgangspunkt enn vi hadde i fjor.

DET HANDLER OM HELE OSLO

For Bøhler og de andre som er med å arrangere Norway Cup handler turneringen om blant annet samhold, mangfold og fellesskap.

– Dette handler ikke bare om oss, sier Bøhler. Det handler om hele Oslo. Det er en kjempegevinst for hele byen å kunne ønske folk velkommen hit. Det handler om nye vennskap, kulturer som møtes og idrettsglede. Det er utrolig mange historier jeg kan nevne som handler om nettopp dette. Jeg husker spesielt godt et Gutter-16 lag fra Vestlandet i fjor som møtte et ukrainsk lag. Når kampen blåses i gang setter plutselig de norske guttene seg ned og holder seg for



Ekebergsletta er, og skal være, et trygt sted å delta på fotballturnering.

hjertet i tre sekunder i solidaritet med motstanderen og krigen i hjemlandet deres. De ukrainske guttene ble helt satt ut. Det var helt nydelig å se, det er slike øyeblikk vi ønsker å skape. Slike øyeblikk er Norway Cup.

Bøhler trekker igjen frem frivilligheten når hun blir spurt om hva som er unikt med turneringen:

– Det er ikke noe annet idrettsarrangement i Norge som har så stor deltakelse av frivillige som Bekkelaget sportsklubb. I 2023 satte vi rekord i antall frivillige, med over 1 800 som hjalp til, det er helt unikt. Vi har også med oss andre Oslo-klubber som medarrangører. Vi er en liten organisasjon på 12 årsverk der tre av oss jobber med Norway Cup, så det er frivilligheten som styrer maskineriet. Noen er nye, andre har vært med i 50 år. Noen er 6 år, andre er 92. Det er helt fantastisk. **S**



Fotball og foosball i skjønn forening.

Sportspuben med stor S

Hvis du tenker på sportsbarer i Oslo, kommer du ikke utenom O'Learys. Sportsbaren finner du flere steder i byen, og på Jernbanetorget har baren blitt et naturlig samlingspunkt for alle sportsinteresserte. Så hva passer vel bedre enn noen måneder der sportshøydepunktene kommer på rekke og rad?

Tekst Henrik Weido Lorentzen/Dinamo

Foto Dinamo

Mehdi Hasani, avdelingsleder på O'Learys Jernbanetorget, sier det er flere grunner til at folk tar turen til sportsbaren.

– Det er selvfølgelig lett å samle gjengen sin hos oss. Alle trikker, busser og t-baner ankommer jo Oslo S, noe som gjør oss til et naturlig møtepunkt. Hvis folk bor på ulike kanter av byen, er det jo lett å treffes her. I tillegg har vi stor kapasitet, noe som kommer godt med under store og populære begivenheter.

Hasani forteller at det er mye å se frem til hos sportsbaren fremover.

– Det er selvsagt mye å glede seg til for den som er glad i fotball, og høydepunktene kommer på løpende bånd. Det er innspurt i de store europeiske ligaene, finaler i de største turneringene og seriestart i Eliteserien her hjemme i Norge. Så må jeg jo personlig si at jeg gleder meg veldig til det blir sommer når EM i fotball sparkes i gang. Det blir stor stas!



Her er noen av høydepunktene du kan se frem til på O'Learys gjennom våren og sommeren:

→ **Seriestart i Eliteserien**

Når denne utgaven av Oslo S-magasinet går i trykken, har akkurat lagene i Eliteserien sparket i gang første runde av 2024-sesongen. På O'Learys kan du få med deg en rekke spennende oppgjør gjennom hele våren, enten du som Oslo-boer er spent på debutsesongen til KFUM eller du som besøkende akkurat rekker å se favorittlaget ditt før du setter deg på toget hjem igjen.

→ **Sesongavslutning i Premier League**

Årets Premier League-sesong har vært en av de mest spennende sesongene på lenge, der vi har fått et skikkelig tittelrace mellom Arsenal, Manchester City og Liverpool. Tar Erling Braut Haaland og Manchester City gullet nok en gang eller blir det kanskje Jürgen Klopp som skal avslutte Liverpool-karrieren med å løfte pokalen? En ting er sikkert: Spennende blir det! De siste rundene av Premier League-sesongen kan du uansett følge på Oslo S.

→ **Finale i Champions League**

De fleste fotballspillere vil si at Champions League er det gjeveste trofeet å vinne. Finalen spilles lørdag 1. juni på Wembley i London. Her anbefales det å booke bord tidlig, hvis du ønsker å se kampen!

→ **Fotball EM**

Årets høydepunkt for den fotballinteresserte? Det er nok ingen overdrivelse. Norge kom seg heller ikke denne gangen til et mesterskap, men det hindrer nok ikke folk fra å benke seg ned foran skjermen selv om det er sol og sommer ute. Mesterskapet blir arrangert i Tyskland, og vertsnasjonen tar imot Skottland på åpningsdagen 14. juni. Det hele avsluttes en måned senere, den 14. juli, når finalen spilles på Olympiastadion i Berlin.

Minimalistisk smaksbombe

↴
Cacio e Pepe er en italiensk klassiker med rene smaker.





Det finnes retter som inneholder så få ingredienser at det nesten er skummelt å lage dem. I det italienske kjøkkenet finnes det mange eksempler hvor enkle ingredienser får all oppmerksomhet. Cacio e Pepe er en slik rett. Ost. Pepper. Pasta. Kjøkkensjefen Cristian Deniz mener at slike enkle retter krever perfektjonisme.



Kjøkkensjefen Cristian Deniz styrer kjøkkenet på Olivia med godt humør og stålkontroll på detaljer.

MIDT BLANT DAMPENDE gryter og fresende stekepanner finner vi den smilende kjøkkensjefen, som til tross for at rettene flyr ut til sultne lunchgjester, virker rolig og avslappet. Roen kommer fra over 30 års erfaring på veien til Olivia på Østbanehallen.

– Jeg kom til Norge for 17 år siden, men er født i Argentina og er halvt italiensk. Det argentinske kjøkkenet er ikke så ulikt det italienske, og jeg har jobbet noen år i Italia også. Der var jeg på en veldig tradisjonell restaurant i Milano hvor jeg lagde uendelige mengder risotto, sier Cristian og gestikulerer med armene og forteller om kjøkkensjefen fra Sicilia som i tillegg lærte han alt det er verdt å vite om pasta.

PASTA ER EN AV GRUNNSTEINENE i det italienske kjøkkenet, og retter som



Presentasjonen av maten er viktig. Det skal ikke bare smake godt. Det skal se godt ut også.



Cacio e Pepe, Aglio e Olio eller Spaghetti al Limone er klassiske, enkle retter med få ingredienser. Mange kokker setter sin ære i å lage disse rettene til perfektion. Cristian er ikke et unntak.

– Jeg elsker slik enkel mat. Fordi det er så få ingredienser må du alltid løfte frem essensen av smakene. For å lykkes med det må du alltid ha gode råvarer. Uten det kan du ikke lage god mat. Her på Olivia importerer vi topp råvarer fra Italia. Av alle slike enkle pastaretter er Aglio, Olio e Peperoncino min favoritt. Det kan jeg spise hver dag. Et lite triks er å kombinere fersk og tørket peperoncino, det gir en ekstra dimensjon.

CACIO E PEPE er for tiden på menyen til Olivia, men kjøkkensjefen advarer om at den kanskje vil forsvinne og kun dukke opp innimellom. Da vil den bli laget som



Mat med gode råvarer som lages fra bunnen av hver gang. Det er ikke rom for juks på kjøkkenet til Cristian Deniz.

i dag, men som et lite ekstranummer vil retten blandes ferdig i et uthulet parmesanhjul.

– Det er mest for show, og matlaging skal jo være gøy også. En liten ekstra detalj som du ikke nødvendigvis gjør hjemme. Selv om det egentlig ikke skal være parmesan i retten, så er ikke blandingen av parmesan og pecorino så dum. Her på kjøkkenet jukser vi i tillegg litt med fløte, det gir en fyldig og kremet smak. Vi er tross alt i Norge, sier Cristian med et ekte italiensk hjertesukk av den litt oppgitte og sjarmerende typen.

CRISTIAN FORTELLER at Olivia kan ha inntil 2 000 gjester på en dag. For å levere den samme kvaliteten hele tiden er hemmeligheten å ha kontroll på hvordan rettene tilberedes. Det skal være den samme grunnleggende teknikken og de samme



Lag Cacio e Pepe med restaurantkvalitet hjemme hos deg selv.



gode råvarene hver gang, slik at gjestene får den samme gode opplevelsen. Hver gang. På spørsmålet om han tar snarveier når han lager mat hjemme himler Cristian sjokkert med øynene.

– Nei, nei, nei. Jeg lager akkurat det samme hjemme som på jobb. Den største forskjellen er at det ikke er så mye stress. Hjemme bruker jeg litt mer tid og koser meg samtidig med et glass vin. Det kan jeg ikke på jobb. En annen forskjell er at jeg kan lage fersk pasta, noe som løfter pastarettene enda mer. Det er faktisk ikke så vanskelig. Mel, salt, egg, god olivenolje og to hender. Eller en maskin, ler Cristian, og legger til at den siste ingrediensen som trengs er god tid. **S**



Olivia på Østbanehallen har den litt travle kontinentale følelsen, en liten flik av Europa i Oslo.

CACIO E PEPE

Til to porsjoner trenger du:

200 gram pasta (gjærne Bucatini)
100 gram pecorino
10 gram pepperkorn
Saltet kokevann fra pastaen

Slik gjør du:

Dette er en enkel rett som det går raskt å lage, og selv om det er få ingredienser er det lurt å gjøre alt klart før du begynner. Start med å finne fram en kjele til pastaen og en stekepanne, helst en med litt høye kanter.

Riv pecorinoen og ha den i en bolle. Støt pepperkornene i en morter, eller kvern dem grovt. Rist pepper i varm og tørr panne. Kok opp godt saltet vann.

Her kommer det viktige: Ikke kok pastaen helt ferdig! La den være underkokt, 2-3 minutter mindre enn det som står på pakken. Den skal «koke» ferdig i pannen. Når pastaen er i kjelen, tar du en liten øse av vannet og heller over i pannen med pepper. La det frese og koke.

Når pastaen har kokt litt tar du også litt av kokevannet over den revne osten og blander det til en litt tykk grøt. Når pastaen er klar, tar du den over i pannen med litt mer av kokevannet. Rør rundt mens pastaen får de siste minuttene. Skru ned varmen, hell over osten og bland godt. Hvis sausen er for tykk, kan du justere den med kokevannet.

Server med et dryss revet pecorino og et par drag fra pepperkverna.

3 tips fra Cristian

→ Bruk litt mindre mengde vann enn du pleier når du skal lage Carbonara eller Cacio e Pepe. Da blir det mer stivelse i vannet, noe som gjør at «sausene» blir mer jevnet. Husk at du ikke må helle ut kokevannet før du er ferdig med retten.

→ Hvis velger tørket pasta, bruk Bucatini! Det er en typisk pasta for det romerske kjøkken, og ser ut som en litt lubben spaghetti. Buca betyr hull på italiensk, og Bucatini er formet som et tynt rør.

→ Lager du din egen ferske pasta? Lag den dagen før, og la den tørke litt før du bruker den. Da setter den seg litt og får en bedre konsistens.

Perfekt til friske salater!

EXTRA VIRGIN OLIVENOLJE PRESSET MED FERSKE RÅVARER



OLIVENLUNDEN | 1830®

Besøk oss i Østbanehallen for en smak!

GO TO GATE

Tekst & foto Dinamo

Når man skal reise er det ofte nødvendig å pakke lett og kompakt. På Oslo S og Østbanehallen finner du reisestørrelser som gjør det enkelt å opprettholde den daglige rutinen din mens du er på farten!

L'Occitane
Milk Concentrate,
kr 159



Mester Grønn
Eucalyptus



Vita
Rudolph Care
Hand & Body Soap,
kr 110





L'Occitane
Néroli & Orchidée
håndkrem, kr 89



Boots
Cosmica Hydrating
Booster, kr 259,90



L'Occitane
Bath & Shower gel,
kr 69

Vita
Korres Lip Balm,
kr 109



Boots
Cosmica Face Day,
kr 199,90



Vita
Korres Cashmere Kumquat
Eau De Toilette, kr 99

Vita
Björn Axén Heat Styling
Protection, kr 95



Vita
Rudolph Care Sun
Balm SPF 50, kr 175

Bøker for store

Bøker for små



fra ARK Oslo S

Det er noe helt spesielt i det å dykke ned i en god bok, og se for seg andre mennesker, andre skjebner og andre steder. Hvem ønsker vel ikke å bli så oppslukt av en annen verden at man glemmer tid og sted? Vi har tatt en prat med Marlen Johansen, butikksjef på Ark Oslo S, for å få noen gode anbefalinger til togturen, reisen og sofakroken.

BARN & UNGDOM

Villydyr

av Håkon Marcus



Dette er debutromanen til forfatteren, og har vært en soleklar bestselger her hos oss. Den har vært utsolgt flere ganger, og det har faktisk vært en kamp om rettighetene til boka i flere andre land. Ikke dårlig for en debutant!

Boka, som kan plasseres i fantasy-sjangeren, handler om Embla som ikke føler at hun finner sin plass i den virkelige verden. Boka byr på mysterier, gode og onde krefter og parallelle univers – alt fortalt med energi og overskudd. Boka passer for barn fra ni år og oppover.

NYHET

Hvis du var min

av Christina Erikson



Det finnes flere nyheter jeg kunne anbefalt, men jeg vil gjerne trekke frem denne historiske romanen. Dette er første del av historien, og det er planlagt flere bøker i serien.

I boka blir vi tatt med helt tilbake til 1782, og handlingen finner sted i Svartå utenfor Örebro. Selv om deler av boka foregår for flere hundre år siden, er tematikken like aktuell da som nå. I boka fortelles det nemlig om kvinners kamp for kjærligheten, og hvordan de kjemper for bedre rettigheter, en bedre fremtid, og det å kunne bestemme over sitt eget liv.

MIN FAVORITT

Usynlige kvinner

av Caroline Criado-Perez



Hva påvirker kvinner og ikke menn? Denne boka synliggjør hvordan verden og samfunnet er designet for menn og ikke kvinner. Det handler om kvinners liv, kropp og hverdag, og viser til konkrete fakta og eksempler fra hverdag, arbeidsliv, politikk og akademia.

Boka er ikke skrevet for å rakke ned på det mannlige kjønn, men heller for å problematisere og gjøre et dypdykk i det forfatteren ser på som skeivhet i samfunnet. Her blir det blant annet skrevet om både historiske og kulturelle faktorer for – som boktittelen henter til – å få frem hvordan kvinner fortsatt den dag i dag, blir usynlige på mange arenaer i livet. Det finnes også en podkast («Visible Women») hvor forfatteren diskuterer tema ytterligere. Utrolig god bok!



REISEMÅL

Nei, Europas kulturhovedstad er ikke Berlin. Det er

BODØ

Oslo S-magasinet

En storslått
åpningsseremoni
ble startskuddet for
kulturhovedstaden
2024.



Tidligere i vinter åpnet Hennes Majestet Dronningen Bodø som europeisk kulturhovedstad. Mellom 12 000 og 15 000 bodøværingene var da møtt opp i havna for å se den storslåtte åpningsseremonien. Men hva kan du egentlig forvente hvis du tar turen til kulturbyen.

Tekst Henrik Weido Lorentzen/Dinamo
Foto Fredrik Stenbro/Bodø2024

NÅR DU BEVEGER DEG nordover i Norge, tenker du kanskje først og fremst på stor-slått og vakker natur: Majestetiske fjell, fiske og nordlys. Bodø byr selvsagt på flere spektakulære naturopplevelser, men kan i tillegg friste med et levende byliv og en rekke kulturopplevelser. Det er ikke uten grunn at byen ble utvalgt av EU til å være Europas kulturhovedstad i 2024. Bodø er faktisk den første europeiske kulturhovedstaden nord for polarsirkelen, og 2024 kommer til å bli fylt med over 1 000 kulturelle arrangementer.

For den musikkinteresserte

På Stormen konserthus skjer det alltid mye spennende, enten det er i form av en konsert eller et humorshow. Noen av høydepunktene fremover er blant annet konserter med Fay Wildhagen 5. april, Mew og Danmarks underholdningsorkester 15. april og Thomas Dybdahl med band 5. august. Og husk at det også er masse spennende arrangementer på Stormen bibliotek. Spoler man fremover mot sommeren, kan den som er musikkinteressert glede seg til flere konserter og arrangementer. Den 13. juni kan den

yngre garde oppleve musikkfestivalen Hjertebank, en helt ny festival for, av og med ungdom. Artistene som skal spille er Sondre Justad, Undergrunn, Synne Vo og Alessandra. Senere, den 2. juli, kan du glede deg til å synge med på kjente klassikere og ballader. Da kommer nemlig Bryan Adams til Nordlandshallen. Det er bare å glede seg!



Du kan fort slå i hjel noen timer på vakre Stormen bibliotek.



Foto – Den Mørke/Visit Bodø





Jektefartsmuseet ble bygget for å ta vare på jekten «Anna Karoline».



Foto – Kathrine Søngård/Visit Bodø

Nord-Norges største private samling av kunst

I Bodø finnes det også en rekke spennende gallerier og museer. Hva med å ta turen innom Jektefartsmuseet? I et storslått landskap, like utenfor Bodø sentrum, finner du det flotte museet. Her blir det fortalt om den råe kystkulturen og historien om hvordan jektene sto for nesten all frakt av varer fra Nord-Norge og store deler av vestkysten i over 400 år. Museet rommer to store utstillingshaller, samt en bygning med kafé, museumsbutikk og auditorium.



- 1 Godt håndverk og lokale råvarer. Velkommen til Brødrene Berbusmel.
- 2 Ta turen til Ohma for asiatiske delikatesser.
- 3 Restaurant Lystpå byr på det lille ekstra.

For deg som er kunstinteressert, anbefales det å ta turen innom Bodøgaard – kunst og kultur, et privat kunstgalleri, museum og kulturhus. Bodøgaard ble etablert av kunstneren Oscar Bodøgaard og hans sønn Harald Bodøgaard i 1985. Etter fem byggetrinn, det siste i 2012, ble Bodøgaard - kunst & kultur etablert og innehar i dag Nord-Norges største private samling av kunst og kulturgjenstander. Siden den gang har stedet vært drevet av Harald Bodøgaard og hans kone Heidi Beate Sørensen.

Mat, mat, mat over hele linja

Arktiske og lokale råvarer, spennende menyer og nye matopplevelser. Bodø har de siste årene blitt en matdestinasjon å regne med. Og uansett om du er ute etter internasjonal mat fra verdens kriker og kroker eller mer tradisjonell og lokal kost, så finnes det en fellesnevner: I Bodø vil du garantert treffe mennesker med lidenskap for mat og drikke. Ønsker du en god start på dagen, kan steder som Brødrene Berbusmel Café, Samvirkelaget kaffebær og Egna kafé anbefales for lunsj, kaffe, bakst og annet påfyll. Alle stedene har fokus på håndverk og kvalitet.

Hvis magen begynner å rumle også senere på dagen, kan du velge og vrake i serveringssteder. Pangea er stedet å dra hvis du er typen som liker variert og spennende streetfood. For ganer som liker krydret og eksotisk mat, er det et must å prøve Choniticha. Her får du nemlig servert klassisk thaimat. Eller hva med tapas?

Foto – Karoline O.A. Pettersen/Visit Bodo



1

Foto – Karoline O.A. Pettersen/Visit Bodo

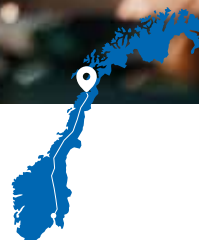


3



2

Foto – Kontrast Media/Visit Bodo



Ta turen innom Txaba, tapas og vinbar. Som de selv skriver på egen nettside: Vi tror på den sosiale middagen der man deler opplevelsen og forsyner seg mellom tallerkener og flasker.

Man kan heller ikke unngå å nevne Ohma, restauranten som kombinerer det beste fra det kinesiske Schezuan-kjøkkenet og det japanske. Her kan du velge mellom alt fra hummertaco til dumplings, og serveringsstedet er også kjent for sine originale drinker. Skulle du heller foretrekke en helaften med litt mer fine dining, da er

LystPå stedet å dra. Her finner du smakfulle enkeltretter, menypakker og en av landets mest spennende vinlister.

Bryggerikaia, Olivia Ramsalt og Bjørk er andre restauranter som er verdt å nevne. Det skjer selvsagt veldig mye annet i Bodø fremover, og det anbefales å besøke nye.bodo.no, visitbodo.com og andre relevante nettsider for å få en fullstendig oversikt over arrangementer og begivenheter den kommende tiden.

Velkommen til kulturhovedstaden! 

BODØ

Rute:

Oslo–Trondheim
Trondheim–Bodø

Reiselengde:

18 timer

Bonus:

Nattog, nydelig natur langs Helgelandskysten og muligheter for å gjøre stopp underveis.

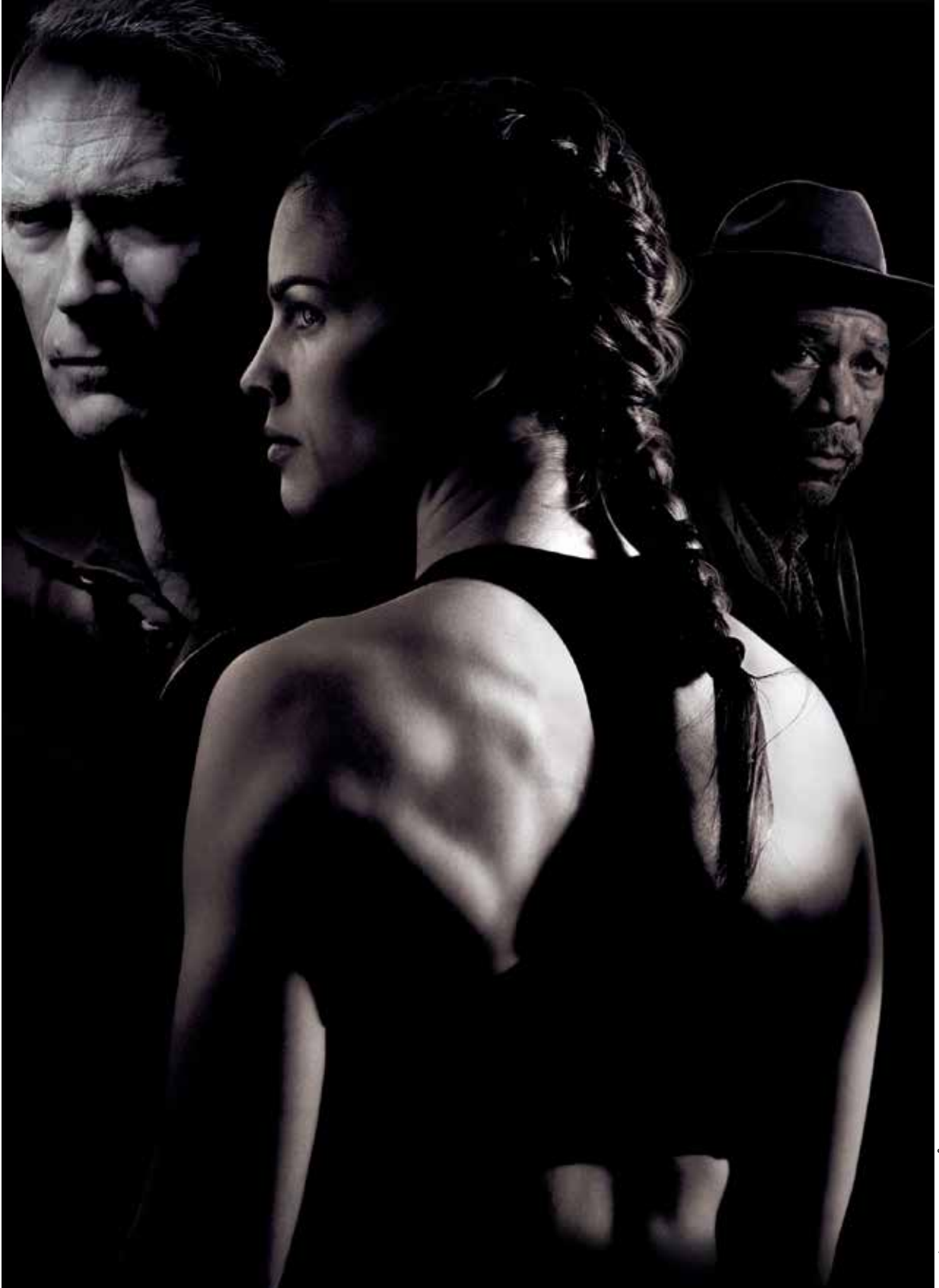


Foto - Mary Evans Picture / NTB

Tips til titteren og lytteren




Tema | Sport

 | PODCAST

When We Were Kings

For deg som er glad i både podkast og fotball, kommer du ikke utenom den svenske podkasten «When We Were Kings». Podkasten har virkelig blitt en hit blant fotballfans, men er også hyllet blant podkastentusiaster for sitt utførlige arbeid med research, kilder og materiale. Her snakker vi om episoder som strekker seg over flere timer, der man går i dybden på alt fra klubbblag, landslag og enkeltspillere. Hva med en over syv timers prat om den brasilianske legenden Ronaldinho? Eller et dypdykk ned i historien til Englands landslag i 1996? Det er journalistene Erik Niva og Håkan Andreasson som er skaperne bak det hele, og podkasten er produsert av Perfect Day Media.

Funfact: I 2021 hadde podkasten direktesending fra Oslo, og det ble da satt opp ekstra arrangement på grunn av etterspørsel etter billetter. Ikke dårlig for en podkast som har timelange episoder om Chile sitt landslag og den skotske fotballklubben Hibernian!

 | SERIE

Formula 1 – Drive to survive

Hvis du for noen år siden hadde sagt at en serie om bilsport og Formel 1 skulle bli det neste store, tror jeg mange hadde stusset. Men faktum er at Formel 1 har opplevd en enorm økning i popularitet etter at serien ble en «snakkis» hos mannen og dama i gata. Denne våren slippes sesong nummer 6, og det er nok en gang duket for fartsfylte begivenheter, intriger og dramatik. Her får du et innblikk i en sport der topphastigheten i dag ligger på 360 km/t, samtidig som du blir kjent med kjente utøvere som Lewis Hamilton og Max Verstappen. I «Drive to Survive» blir du med bak kulissene i en industri som kryr av sterke personligheter, viktige sponsorer og millionkontrakter. Vi snakker blod, svette og tårer, og en serie med førsteklasses historiefortelling.

 | FILM

Million Dollar Baby

Det er ikke bare på fotballbanen det kan gå hardt for seg. Det gjør det virkelig også i bokseringen! Filmen «Million Dollar Baby» er like mye en studie i etiske og moralske problemstillinger som en tradisjonell boksefilm, og her setter mektige rolleprestasjoner tonen for et drama som virkelig er til å ta og føle på. Filmen fikk prisen for beste regissør (Clint Eastwood) og beste hovedrolle (Hilary Swank) under Golden Globe i 2005. Den vant Oscar for beste film, beste regi, beste kvinnelige hovedrolle og beste mannlige birolle i 2005. Her er det bare å finne frem popcornet!

SOMMER KOMMER

Tiden er inne for å gi slipp på vinterens kalde og mørke dager, og omfavne vårens lys og varme. Her er et utvalg produkter som gjør deg sommerklar og strålende uansett hvor du er.

Tekst & foto Dinamo

Oslo S-magasinet

Accessorize
Wooden Buckle Belt
Natural, kr 239



Sweets
Sjokolade,
kr 64,90 pr hg



Olivenlunden 1830
Pistasjkrem,
kr 159



Accessorize
Gold-Plated Omega Chain, kr 239
14ct Gold-Plated Twisted Chain
Necklace, kr 279



Accessorize
Bella Beaded Wide
Fit Sandals Gold,
kr 509



b.young
Blomstrete kjole,
kr 1 799,95



Olivenlunden 1830
Balsamico med sitron
kr 179

Olivenlunden 1830
Karamell med olivenolje,
kr 89



Olivenlunden 1830
Spansk extra virgin
olivenolje fra Lazio,
kr 429



Olivenlunden 1830
Urtesalt,
kr 119



Boots
Weleda Skin Food
Oil, kr 273,90



Accessorize
Crinkle Scrunchie
Scarf, kr 219

L'Occitane
Dusjolie, kr 219



Accessorize
Beaded Layered
Necklace, kr 219



Ichi
Scrunchie, kr 39,50
Hårklype, kr 199,95



Dressmann XL
Mønstret linskjorte, kr 799

Mester Grønn
Nellik

Accessorize
Raffla Cross-Body
Bag, kr 449



Ichi
Solbriller,
kr 149,95



Accessorize
Beaded Cut-Out
Sandals Green,
kr 579



Ichi
Kjole, kr 999,95



Ichi
T-skjorte med
broderi, kr 399

Accessorize
One Shoulder
Swimsuit Green, kr 669



b.young
Linskjorte, kr 699,95



b.young
Veske,
kr 899,95

Ichi
Veskestrapp,
kr 299,95



b.young
Linbukse, kr 899,95



b.young
Kjole,
kr 1 199,95



Ichi
Veske,
kr 699,95



Ichi
Jeansjakke,
kr 849,95

Accessorize
Gold Plated Large
Hoops, kr 219

b.young
Hårklype, kr 99,95
Scrunchie, kr 39,50

Boots
La Roche-Posay
Cicaplast Balm SPF 50,
kr 199,90

L'Occitane
Cleansing face
cream, kr 219

Ichi
Ihkate Blazer,
kr 649,95

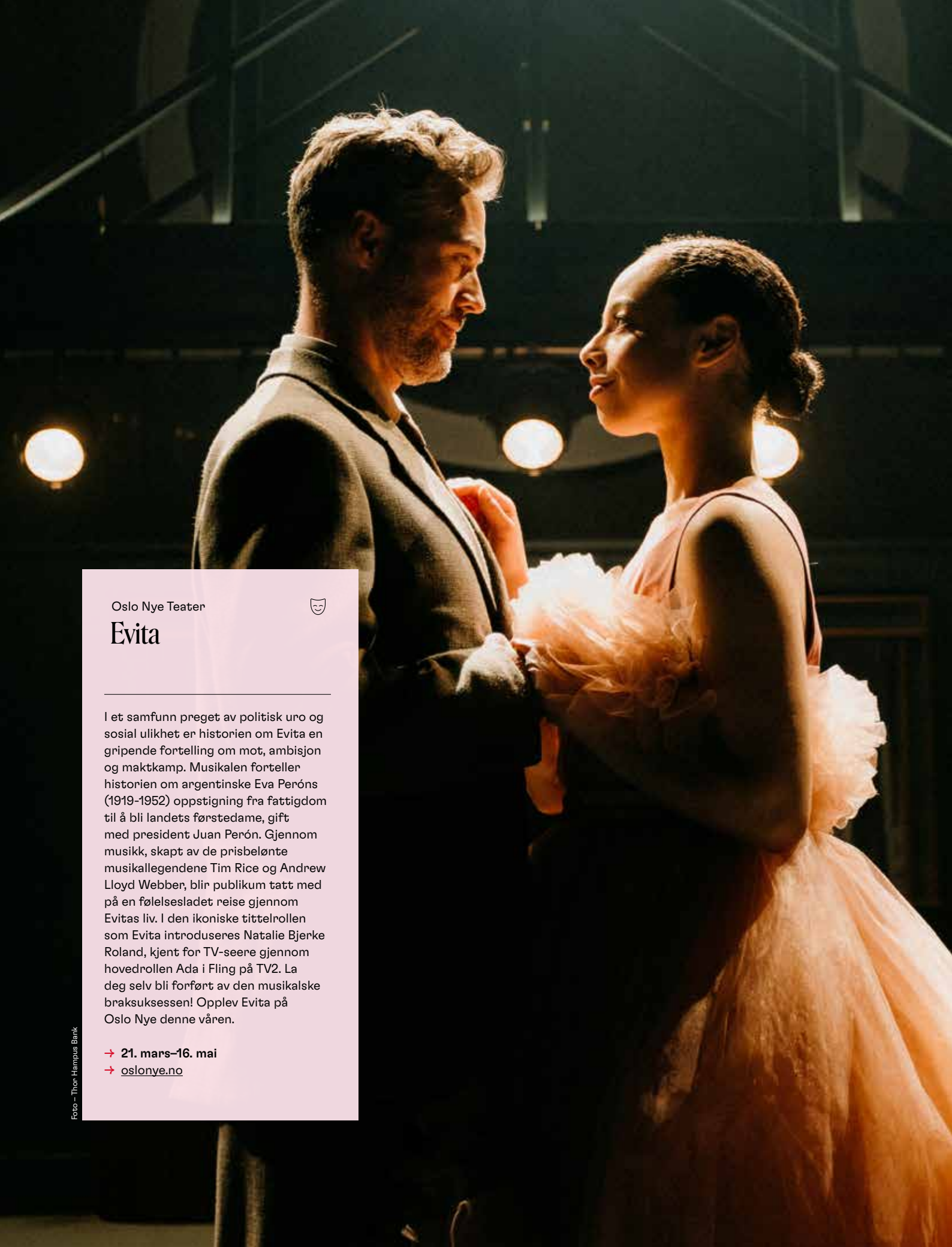
Mester Grønn
Eucalyptus

Sweets
Crispy Mallows,
kr 169,50

THE MALLOW'S™
CRISPY MALLOW'S
CAMEL & DULCE CHOC

Ichi
Solhatt,
kr 349,95

Ichi
Veske,
kr 949,95



Oslo Nye Teater



Evita

I et samfunn preget av politisk uro og sosial ulikhet er historien om Evita en gripende fortelling om mot, ambisjon og maktkamp. Musikalen forteller historien om argentinske Eva Peróns (1919-1952) oppstigning fra fattigdom til å bli landets førstedame, gift med president Juan Perón. Gjennom musikk, skapt av de prisbelønte musiklegendene Tim Rice og Andrew Lloyd Webber, blir publikum tatt med på en følelsesladet reise gjennom Evitas liv. I den ikoniske tittelrollen som Evita introduseres Natalie Bjerke Roland, kjent for TV-seere gjennom hovedrollen Ada i Fling på TV2. La deg selv bli forført av den musikalske braksuksessen! Opplev Evita på Oslo Nye denne våren.

- 21. mars–16. mai
- oslonye.no

Hva skjer i Oslo?



Foto Arrangørene

Fra klassiske teaterstykker til fengslende konserter er det alltid noe festlig som skjer i hovedstaden. Her er noen tips til hva du kan og bør få med deg denne våren.

Astrup Fearnley Museet



Cauleen Smith

Cauleen Smith, en amerikansk kunstner, har vært en pionér innen eksperimentell film og videoinstallasjoner i over to tiår. Hennes kommende utstilling på Astrup Fearnley Museet i Oslo inkluderer premieren på en ny film bestilt av museet og et utvalg av Smiths tidligere filmer i samarbeid med Cinemateket. Prosjektene hennes byr på fremtidsorienterte, nyskapende sammenstillinger av fysiske objekter, filmprosjeksjoner, tekstilbannere og livemusikk, med bakgrunn i sosiale settinger og svart kultur.

- 14. juni–15. sept
- afmuseet.no

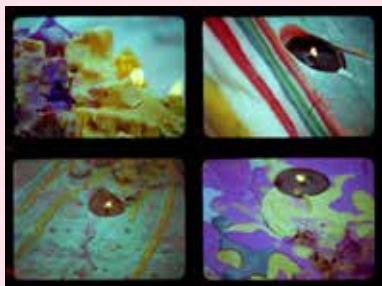


Foto – Dina Vollmond

Oslo Spektrum



The World of Hans Zimmer

The World of Hans Zimmer vender tilbake til Oslo Spektrum med det nye, storslåtte showet «A New Dimension». Den prisbelønte filmmusikklegenden og hans dirigent, Gavin Greenaway, tar publikum med på en unik musikalsk reise gjennom sine mest kjente verk fra filmer som «Løvenes konge», «Inception» og «Interstellar» for å nevne noen. Med musikken i hovedrollen, vil publikum også nyte fantastiske visuelle projeksjoner av filmsekvensen sammen med musikken.

- 8. mai
- oslospektrum.no

Hele Oslo



Musikkfest Oslo



Lørdag 1. juni feirer hovedstaden musikken og starten på festivalsesongen med musikk i gater og parker, på torg og plasser. Under Musikkfest blir hele Oslo en festivalarena. Med godt over 50 scener og 500 artister kan du oppleve en mangfoldig blanding av sjangre og artister – helt gratis! Utforsk Oslos musikalske puls og bli med på en dag fylt med glede, lykke og harmonier.

- 1. juni
- musikkfest.no





Folketeateret



The Sound of Music

Den tidløse og kritikerroste musikalen, gjør et etterlengtet comeback på Folketeateret. Etter en storslagen premiere i 2019 som høstet strålende kritikker og ble kåret til årets musikal, gjenoppstår den i all sin prakt, klar for å trollbinde nye og gamle fans. Med klassiske sanger som «Do-Re-Mi» og «Edelweiss», en rørende historie med imponerende scenografi, vil The Sound of Music ta deg med på en reise gjennom fjellene i Østerrike og inn i livene til Von Trapp-familien.

- 11. april–25. mai
- folketeateret.no



Oslo Spektrum



Tate McRae

Opplev den nye pop-sensasjonen, Tate McRae, i Oslo Spektrum fredag 3. mai. Etter å ha erobret topplisten med sin singel «greedy» legger McRae ut på en etterlengtet verdensturné. Den massive turnéen vil omfatte 53 konserter i Europa, Nord-Amerika, Australia og New Zealand. Bare 20 år gammel har McRae allerede etablert seg som en stjerne på den internasjonale musikkscenen med sin unike stemme og ikke minst fengende musikk. Sikre dine billetter i dag!

- 3. mai
- oslospektrum.no



Grefsenkollen



Humor OverOslo

Morten Ramm og Martin Beyer-Olsen tar humor til nye høyder og inviterer til tidenes største humorfest på taket av byen. Med det ypperste av norske komikere på flere store scener, blir dette en kveld fylt med latter og moro. Det naturlige amfiet skaper en intim atmosfære mellom publikum og artister – og du ser og hører godt nesten uansett hvor du sitter eller står. Dette blir en uforglemmelig humorfest på Oslos tak!

- 15. juni
- overoslo.no/humor



Sofienbergparken



Piknik i parken

Piknik i Parken, også kjent som PiP eller PiPfest, er en intim musikkfestival i Oslo med fokus på kvalitet og god musikk, med en tilbaketrukket og intim atmosfære. Festivalen tiltrekker seg musikkelskere i alle aldre, og har lyktes med å skape et unikt rom for å oppleve live musikk i en avslappet utendørs setting. Pakk sammen piknikpleddet og gjør deg klar for en helg uten like!

→ 13. juni–15. juni

→ pipfest.no

Munch Museet



Samora Pinderhughes - Jazz på Munch

Opplev den vakre lyden av radikal motstand i en visuelt gripende konsert med Samora Pinderhughes. Den kubanske komponisten, pianisten, filmskaperen og multidisiplinærkunstneren er kjent for å kombinere radikalt ærlige tekster med mesterlig musikalitet og gripende visuelle projeksjoner. Med sin unike evne til å utforske sosiopolitiske temaer gjennom musikken, skaper Pinderhughes en engasjerende og tankevekkende opplevelse for publikum. Bli med på en musikalsk reise som utfordrer og inspirer.

→ 15. mai

→ munchmuseet.no





Chat Noir



Boblershow

Dora og Bjørg Thorhallsdottir og Tore Pettersen inviterer på en herlig blanding av standup, sang, dans og inspirerende historier på Boblershow. Fra morsomme historier til personlige erfaringer som tar for seg relasjoner og livets uforutsigbarhet, kommer trioen med konkrete tips til hvordan du kan få det bedre med deg selv og hvordan få mer glede i livet. Det blir rett og slett fest, fjas, alvor og ikke minst nyttig læring!

→ 31. mai og 1. juni

→ chatnoir.no

Det Norske Teatret



Spynorsk. The Musical



Are Kalvø og Ingrid Bjørnov har slått seg sammen og laget en ny musikal om demokrati, språk, mot, vafler og drømmer. I den musikalske forestillingen satt i 2042, møter vi et samfunn druknet i teknologi og upålitelige politikere, hvor folket har mistet sin glød, håp og drømmer for fremtiden. Gjennom en fengslende historie følger vi Aase Ivarsen bli en ledestjerne i forsøket på å vekke folket fra likegyldighetens søvn. Men hva er det egentlig hun leder folk mot?

→ 13. april–15. juni

→ detnorsketheateret.no

Hele Oslo



Oslo Jazzfestival

Siden 1986 har Oslo Jazzfestival vokst til å bli en av Europas viktigste jazzfestivaler, med et variert program som reflekterer sjangerens mangfold. OJF byr på en kombinasjon av norske og internasjonale artister, tradisjonell og nyere jazzarter, erfaring og nytt talent. Fra legender som Tony Bennett og Jan Garbarek til unge talenter som Ellen Andrea Wang og Juno, har festivalen tilbudt Oslos musikkelskere enestående opplevelser i flere tiår.

→ 11. august–17. august

→ oslojazz.no



KJØKKEN & KAFFE

Frokost, middag eller bare en kopp god kaffe og noe godt til?

Vi har stort utvalg av variert og tradisjonsrik mat hver dag.



Sjekk ut vår meny



DU FINNER OSS I 2. ETASJE I HOVEDHALLEN VED SPOR 11



Smaker mat
og drikke bedre
ute? Mange
mener det!



Uteservering – et sikkert vårtegn

Fuglene kvitrer, asfalten er tørr og dagene lysere. Etter en lang og kald vinter er det lite som slår en varmere hovedstad – med alt det innebærer. Det er flere mennesker i gatene, parkene fylles opp sakte, men sikkert, og folk strømmer etter hvert til de ulike badeplassene i takt med at gradestokken stiger. Et annet sikkert tegn på at våren og sommeren er i anmarsj, er byens uteserveringer som fylles opp. Hva er vel bedre enn å nyte et deilig måltid eller noe godt i glasset mens solen varmer? På Oslo S finnes det flere alternativer for deg som ønsker å sette deg godt til rette mens livet suser forbi. Uteservering tilbys nemlig både på Hovedbanegården og Østbanehallen. Sentralt, livlig og koselig. Perfekt for deg som trenger et pust i bakken etter å ha spankulert noen timer i sentrum, for deg som har litt tid å slå i hjel før du skal reise videre, og for deg som rett og slett bare ønsker å slukke tørsten.

Velkommen skal du være. **S**



Hva med en liten sviptur innom Italia? Velkommen til Pronto.

Pronto, ferdig, gå

Trenger egentlig rask og enkel mat gå på bekostning av smak og kvalitet? Pronto di Olivia på Oslo S tilbyr hjemmelaget og smakfull mat – perfekt for den som er på farten, men også for den som har tid til å sette seg ned.

Menneskene som er innom Oslo S i løpet av en dag, har alle ulike behov. Du har folk som er på farten og må spurte for å rekke toget, de som ikke rakk å spise frokost på grunn av en litt hektisk morgen, og de som kanskje har en time eller to å slå i hjel mens de venter på noen. På italienske Pronto di Olivia, lillesøsteren til Olivia-restaurantene, kan du være sikker på at du alltid får servert kvalitetsmat – uansett hva slags behov du måtte ha. Her får du servert mat og drikke som passer til alle tider av dagen, enten du er ute etter en matbit i hånda, en god lunsj eller et middagsmåltid. Det særegne med Pronto er at restauranten lager alle rettene fra bunnen av, alltid ved å bruke autentiske produkter og råvarer. Deigen til Prontos Taglio-pizza blir for eksempel hevet i minimum 48 timer, og ingrediensene

importeres direkte fra Italia. Dette er med på å gi en fantastisk smak, og det er nesten som å stå på et gatehjørne i Roma og kose seg med en nylaget pizza! Restauranten er også nøye med å oppdatere menyen med jevne mellomrom, og i skrivende stund kan besøkende glede seg til nye og friske salater, deilige pastaretter og ferske foccacia-varianter.

Ble du sulten? Bra!

Nå vet du hvor du finner oss. [S](#)

HITTE GODS KONTORET

Mange av eiendelene våre har også en historie å fortelle. Det kan være en sekk du har et spesielt forhold til fordi du brukte den på interrail i tenårene, en jakke du fikk i bursdagsgave eller kanskje et maleri du arvet og som du er spesielt glad i. Ja, noen ting er mer enn bare ting – enten det har å gjøre med faktisk verdi eller affeksjonsverdi.

På Hittegodskontoret på Oslo S finner du nettopp slike ting. Eiendeler. Gjenstander. Duppeditter. Mistet, funnet og tatt vare på. Jakker, sokker og luer. Telefoner, vesker og koffertar. Og trommer. Det får oss jo til å lure på hvem det kan ha vært som glemte trommen sin her en kald vinterdag. Kanskje vedkommende hadde flere trommer med seg, og rett og slett glemte den ene på perrongen før avgang. Eller kan det hende at trommen var festet til en ryggsekk, og at eieren verken merket eller hørte at trommen falt av sekken, siden personen hadde hodetelefoner på seg?

Det er ikke godt å vite. Kanskje vi heller aldri får vite svaret. Det som er sikkert, er at trommen ble funnet og levert en dag i løpet av vinteren. Her. På Oslo S. Blant kvinner og menn, store og små, pendlere og tilreisende. Og kanskje, hvis vi er ekstra heldige, er det du som leser dette som savner nettopp trommen. Da vet du i det minste hvor den befinner seg. 📍

Fakta om Entur Hittegods

Søk etter hittegods og registrere tapte gjenstander:
hittegods.entur.no

Åpningstider betjent avdeling: Man-fre 07.30 – 16.45

Entur Hittegods mottok i overkant av **20 000** gjenstander i 2023. Av disse ble rundt halvparten gjenforent med eier.

Hittegods oppbevares hos Entur i 3 måneder. For mer info om Entur Hittegods: om.entur.no/hittegods





Quiz og sudoku

Løsninger på side 58

Quiz – gatelangs Oslo

- ❶ Hva heter gaten trikken går i på Grunerløkka?
- ❷ Hvor ligger Problemveien?
- ❸ I Oslo er det over 1 300 km med vei og gater, men hva heter den lengste veien?
- ❹ Hvor mange km sykkelveier er det i Oslo?
- ❺ Han sang om «To fulle menn». Han har ikke fått en gate oppkalt etter seg, men en gang. Hva heter gangen?
- ❻ I hvilken vei ligger den kjente Syverkiosken?
- ❼ Hva heter veien HøNSE-Lovisas hus ligger i?
- ❽ I hvilken park finner du Salvador Dalí's Venus de Milo Aux Tiroirs?
- ❾ En av Lillebjørn Nilsens mest kjente sanger handler om en plass i Oslo. Hvilken?
- ❿❶ Hvilken gate er dette:
A C E E E E G G H L L L P P R S S T?

Sudoku – middels

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

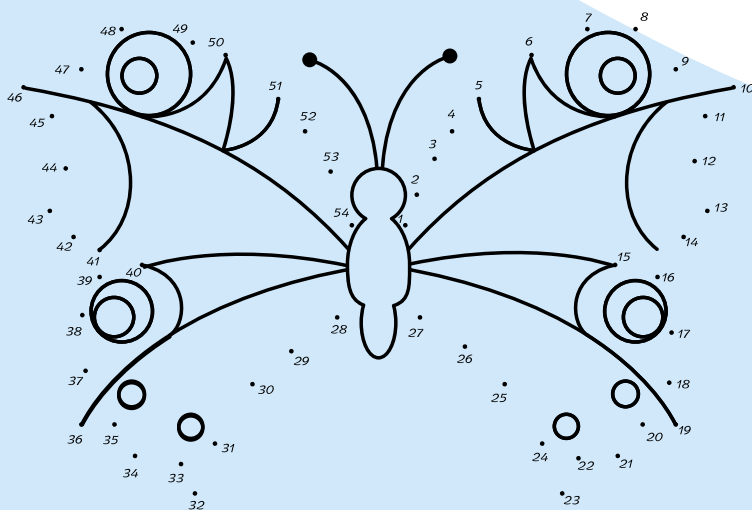
Sudoku – vanskelig

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

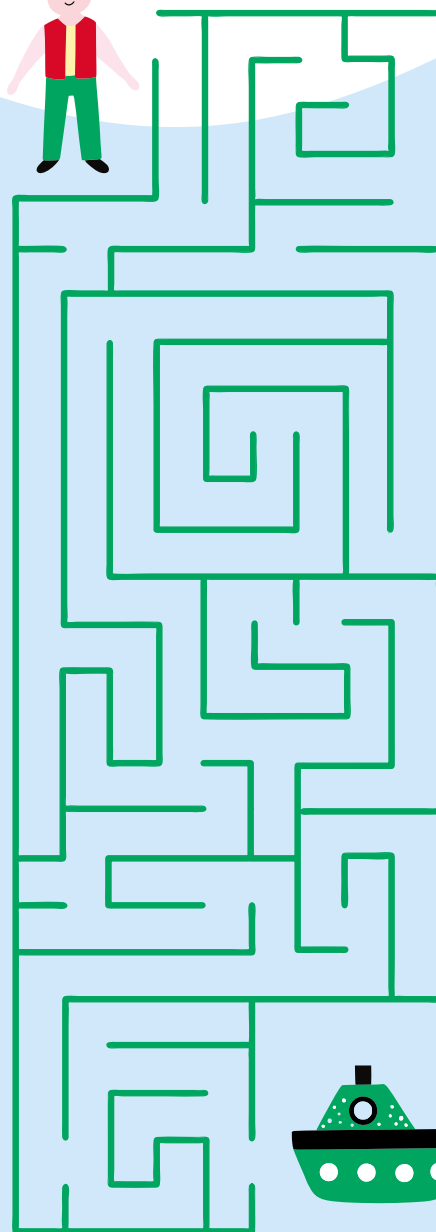
BARNAS SIDE



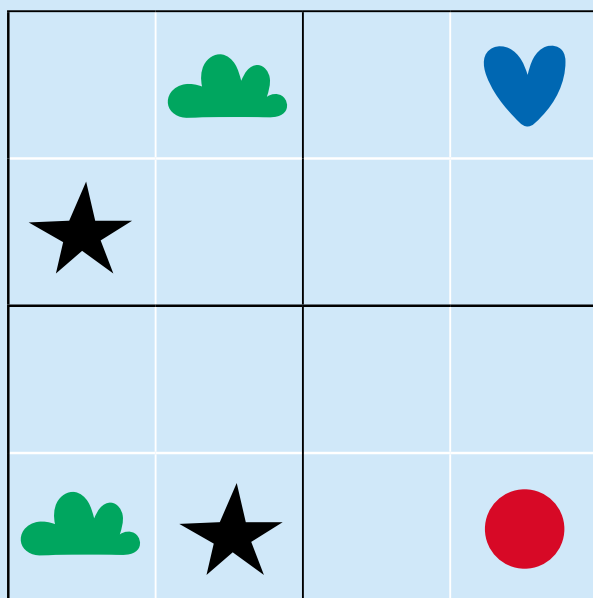
Fullfør tegningen – strek opp og fargelegg



Hjelp piraten å finne båten sin



Sudoku



Løsninger på neste side.



Din neste opplevelse starter her.

Hertz Oslo S.



Start din reise
på [hertz.no](https://www.hertz.no)



Løsninger

Sudoku – middels

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

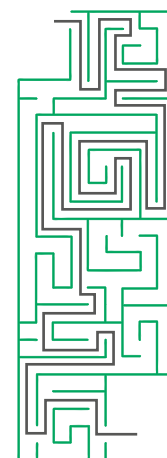
Sudoku – vanskelig

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

Quiz-svar

- 1 Thorvald Meyers gate
- 2 Blindern
- 3 Maridalsveien
- 4 293 km
- 5 Joachim Nielsen Gang (Jokke)
- 6 Maridalsveien
- 7 Sandakerveien
- 8 Ekebergparken
- 9 Alexander Kiellands plass
- 10 Schleppegrells gate

●	☘	★	♥
★	♥	●	☘
♥	●	☘	★
☘	★	♥	●



Løsningsgaten for kryssord 1/2024:

«HER ER NOE FOR ENHVER SMAK»

Vinner ble:

Trond E. Hov
Sponstugrenda 9B
1263 Oslo

Kaffe & rundstykke



Fast lav pris

39,-

Gjelder valgfri varm drikke og valgfritt rundstykke.



NARVESEN

MESTER GRØNN

Skal du ha selskap? Et godt tips er å pynte bordet med mange minivaser med blomster. Plukk og miks dine favoritter fra vårt store 3for2 sortiment gjennom hele året.

Lykke til!

Medlemstilbud

[Minivaser]

70,-

Medlemspris: 3 for 2 på minivaser

Tips!

Pynt bordet med minivaser

- Dekk bordet med tallerkener, glass og bestikk.
- Rens blomsterstilkene for blader og kutt til passe lengde.
- Fyll vasene med vann, hell i holdbarhetsmiddel og sett 1-3 stikker i hver vase.
- Fordel vasene jevnt utover midten av bordet.
- Sett telysholdere mellom vasene og legg en blomst eller gren på servietten.



3 FOR 2

[Plukk & Miks]

Gjelder merkede varer.

