

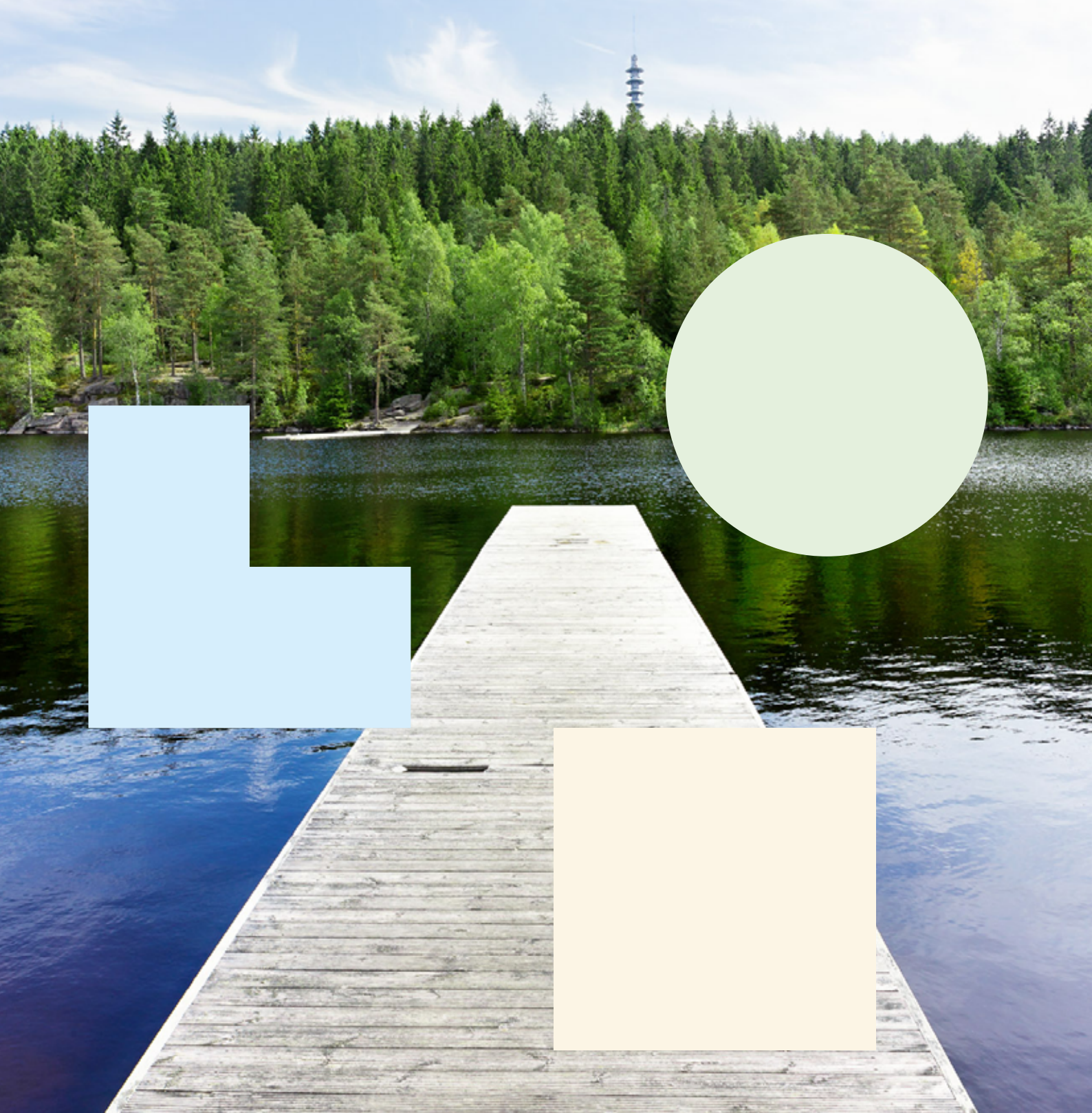


Oslo

Aktiv i Grorud

# Vår/sommer 2022

Ferieaktiviteter og andre tilbud til barn og unge i Bydel Grorud



# Innhold

- 3 - Innledning
- 4 - Aktiv i Grorud-teamet
- 6 - UKM-festivalen 2022
- 7 - Groruduka
- 8 - Tegnekurs på Rommsås
- 9 - KunstLAB
- 10 - Dans & DJ-ing
- 11 - GROW medielab
- 12 - Treningsstudio på Ammerud
- 13 - Musikkstudio på klubbene
- 14 - Utlånsbank
- 15 - Sykkelverksted
- 16 & 17 - Opplevelsesturer
- 18 - Sommercamp på klubbene
- 19 - Sommercamp med Romsås IL
- 20 & 21 - Overnattingsturer
- 22 & 23 - Dagsturer
- 24 & 25 - Musikk & dans
- 26 & 27 - Kunst & kreativitet
- 28 - Fritidskortet
- 29 - Kurs og workshops
- 30 & 31 - Aktiviteter hos våre samarbeidspartnere
- 32 - Oversikt over påmeldingsaktivitetene
- 33 - Praktisk info
- 34 - Fritidskortet
- 35 - Ofte stilte spørsmål
- 36 - Åpningstider på klubbene

*Bildene i denne brosjyren er tatt av ansatte i Aktivitets- og kulturenheten eller GROW medielab: Filip Holte Olausen, Haris Kirun, Amama Akram, Josefine Amlak, Fabricio Morais Medina Neto, Soukaina Saoudi og Meis Masholy, Patrick Pascual Sognlien, Tonje Brustuen, Maria Eva Orieta & Goran Indjic.*

*Popsenteret og Deichman Romsås har også bidratt med bilder.*

# Aktiv i Grorud vår/sommer 2022

*Gleder du deg til sommerferien? Det gjør i hvert fall vi! Vi planlegger rekordmange aktiviteter i år, og håper du har lyst til å være med.*

## Natur

Drømmer du om å komme deg ut i naturen, anbefaler vi en av sommerleirene våre på Kinsbakken, telttur ved Steinbruvann, raftig i Gudbrandsdalen eller opplevelsestur til de vakre fjordene på Vestlandet. Du kan også bli med og sykle på dresin eller på vanlig sykkel her i nærområdet.

## Action

For deg som har lyst på action tilbyr vi paintball, Tusenfryd, Bø sommarland, Oslo klatrepark, Stand Up-padling, parkour og trening.

## Kunst & kultur

Er du interessert i kunst, har vi ekstra mye bra på programmet i år. Det blir kunstcamp på Ammerudklubben, omvisning på Henie Onstad kunstsenter, Munchmuseet og Nationaltheateret. Vi skal også på Vega kino.

## Musikk

For unge musikere har vi DJ-kurs, instrumentkurs for nybegynnere, sommeråpent musikkstudio, og vi skal besøke Popsenteret, hvor vi skal være stjerner for en dag. På Ammerudklubben blir det Hip Hop & Afrobeat Dance Camp.

Alle aktivitetene vi har nevnt her, må du melde deg på før 5. mai.

**Detaljene finner du i denne brosjyren, påmelding gjøres på [www.aktivigrorud.no/ferie](http://www.aktivigrorud.no/ferie).**

## Forbehold om avlysninger og endringer

Ferietilbudet vårt finansieres av eksterne midler, som søkes fra år til år. Vi vet ikke når vi lager programmet hvor mye vi har i budsjett.

Det kan også oppstå uforutsette hendelser, og på en del av aktivitetene er vi avhengige av at et minimum antall deltagere melder seg på.

**Vi gjør derfor oppmerksom på at enkelte aktiviteter kan bli avlyst eller endret.**

Men vi håper selvfølgelig at penger, korona, vær og påmeldinger spiller på lag - og at vi får til alt vi har planlagt!

## Drop-in aktiviteter

Vi har også en del aktiviteter uten forhåndspåmelding. Det blir sommercamp på Ammerud, Kalbakken og Romsås, slik som i tidligere ferier.

Sykkelverkstedet holder åpent i nesten hele sommer, her kan du komme og få gratis sykkelstell og reparasjon - du betaler bare for delene.

Utlånsbanken på Ammerud kommer til å følge åpningstidene til Sykkelverkstedet, og holder åpent hele sommeren, med unntak av to uker i juli.

## Nabolagskafé på Ammerudklubben

Det vi gleder oss aller mest til, er helt nytt i år. Vi har ikke alle detaljene på plass enda, men hvis alt klaffer, blir det åpen kafé på Ammerud aktivitetshus i sommer.

Åpningstiden vil være mandag til fredag 12:00 - 16:00 i de ukene vi har andre aktiviteter, og her ønsker vi hele befolkningen velkommen.

## Ikke bare ferie

I denne brosjyren kan du også finne info om hva som skjer på klubbene fram mot sommeren. UKM kommer allerede i april, men det største på programmet dette semesteret er helt klart Groruduka, som er det nye navnet på Festivaluka.

Vi håper vi har noe for enhver smak, og vi er alltid åpne for nye ideér. Ta kontakt om du savner noe!



Aktivitets- og kulturenheten har ansvar for det forebyggende ungdomsarbeidet i Bydel Grorud. Målgruppen vår er barn og unge mellom 10 og 23 år.

Vår enhet består av Ammerudklubben, Raven Romsås, Kalbakkenklubben, Fyrhuset musikkverksted, Oppsøkende team og Romsås frivilligsentral.

Vi driver med Jobb for ungdom, Ferieklubben, GROW medielab, UngDyrk, KunstLAB, Grorud ungdomskonferanse og flere store og små prosjekter.



Vi er tilsammen rundt 50 ungdomsarbeidere som jobber alt fra fulltid til noen få timer i uka.

I sommerferien er vi imidlertid tre ganger så mange! Da skal nemlig 100 lokale ungdommer jobbe i våre tilbud - enten det er på Sommercamp, ferieturene, matlaging, skaperverkstedene, KunstAB, GROW medielab, vaktmestergruppe, UngDyrk eller Rusken.

Følg med på Facebook, Instagram eller [www.aktivgrorud.no](http://www.aktivgrorud.no) for å holde deg oppdatert!

# UKM - Kulturfestival for ungdom

*UKM står for “Ung Kultur Møtes” og er en tradisjonsrik kulturfestival for ungdom. Her kan du gjøre det aller meste som har med kultur å gjøre, og litt til.*

UKM i Bydel Grorud foregår lørdag 30 april, kl 17:00 – 21:00 på Kalbakkenklubben.

Påmeldingsfristen er 22. april for innslag og utstillinger. Om du vil bidra som arrangør, konferansier eller media er påmeldingsfristen 16. april.

Aldersgrensen er 13 – 20 år for å delta. Arrangementet er åpent for familie, venner og alle som har lyst til å oppleve kortreist og ung kultur fra Bydel Grorud.



Påmelding: [www.aktivigrorud.no/ukm](http://www.aktivigrorud.no/ukm)

Kultur er ikke bare sang og dans. Å lage en TikTok, bygge et hus på Minecraft eller lage en sminkevideo er også kultur – og derfor også noe du kan gjøre på UKM! Kanskje du er god til å arrangere, danse, game, lage kostymer, synge, organisere, fotografere, male, designe, kveile kabler, filme, underholde eller skrive?

Ikke minst blir du kjent med mange nye ungdommer, og du kan delta på mange ulike workshops og kurs hvor du kan lære om masse forskjellig.

Hver bydel og mange kommuner i Norge har UKM, og sender videre artister og innslag til fylkesfestivaler og tilslutt den nasjonale UKM-festivalen.



# Groruduka

*Groruduka er en kultur- og samfunnsfestival for hele Bydel Grorud, som i år arrangeres fra fredag 10. – søndag 19. juni. Fram til 13. mai kan lag og foreninger registrere sine aktiviteter på [www.groruduka.no](http://www.groruduka.no).*

Groruduka skal by på arrangementer og aktiviteter for alle aldersgrupper og interesser. Tanken bak festivalen er å vise frem det store mangfoldet av kulturelle tilbud som finnes i bydelen og sette tema på dagsorden som er viktige for Groruddølene.

*Programmet legges fortløpende ut på nett, her ser du noen av høydepunktene.*

## KLUBBKVELD FOR VOKSNE

Vil du mimre tilbake til ungdomstiden på fritidsklubben, eller er du nysgjerrig på hva som egentlig foregår på en klubbkveld? Mandag 13. juni ønsker Ammerudklubben velkommen til klubbkveld for voksne.

Her blir det åpen kafé, biljard, bordtennis, turneringer, kurs innen foto, DJ-ing og dans, kunstaktiviteter og skaperverksted.

Og best av alt – denne kvelden er det ungdommene som er lederne, og voksne skal få leke!

Mandag 13. juni kl. 17:00 – 20:00  
Gratis – salg av mat  
Påmelding før 11. juni  
Aldersgrense: 25 år og oppover

Meld deg på før 11. juni!  
Mer info: [www.aktivigrorud.no/voksenklubb](http://www.aktivigrorud.no/voksenklubb)

Arrangør: Jobb for ungdom fra Aktiv i Grorud

## FESTIVAL PÅ STEINBRA

Fredag 17. juni kl. 19:00 – 23:00  
Steinbra kafe, utendørs

Konsert med lokale og andre artister.

Arrangør: Fyrhuset musikkverksted

## SKUMPARTY & FAMILIEDAG

Lørdag 18. juni kl. 15:00 – 19:00  
Ammerudklubben

Ammerudklubben inviterer hele familien til utendørs arrangement med skumbasseng, hoppeslott, gyro, og en stor vannsklie! Flere spennende aktiviteter kommer til når det nærmer seg sommer.

Arrangør: Ammerudklubben

## SVARTTJERN GAMES

Tirsdag 14. juni kl. 16:00 – 20:00  
Svarttjernparken, vannet

Oppblåsbare leker, hinderløype, vannballer, hoppeslott og musikk.

Arrangør: Raven Romsås

## FAMILIEDAG PÅ KALBAKKENKLUUBBEN

Lørdag 18. juni kl. 12:00 - 15:00  
Kalbakkenklubben

Det blir vannkrig, grilling og musikk utenfor dørene til Kalbakkenklubben lørdag 18. juni. Vi har leid inn hoppeslott og rodeookse. Åpent for barn og voksne - helt gratis!

Arrangør: Kalbakkenklubben

# Tegnekurs på Raven Romsås

*Hver tirsdag denne våren er det gratis tegnekurs på Raven Romsås. Her får du muligheten til å undersøke forskjellige tegnemåter og materialer.*



Etter hvert ønsker vi å dra på besøk til museer, Rådhuset i Oslo, Kunsthøgskolen og forskoler som Strykejernet og Granum kunstfagskole. Ikke minst skal vi besøke kunstnere i deres atelier og verksteder.

Du trenger ikke komme hver eneste tirsdag, men jo oftere du kommer jo mer lærer du. Og jo gøyere får vi det sammen. Det er ingen påmelding, bare å møte opp. Kurset er gratis.

## Om kunstneren

Lotte Konow Lund, født 1967 i Oslo, er en norsk billedkunstner som arbeider innenfor en rekke medier. Hun er utdannet ved Statens Kunstakademi og har hatt en rekke store utstillinger

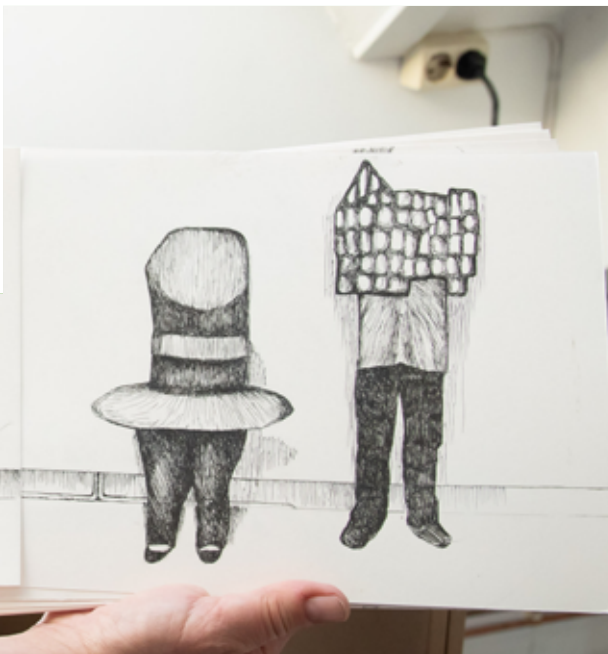
Å kunne tegne er gøy, men også nyttig. Å lære å tegne vil si at du lærer deg en annen måte å se på. Når man tegner, lærer man også å konsentrere seg.

På kurset kan du velge om du vil sitte i fred og tegne, eller om du vil lære triks som gjør at tegnekunnskapene dine gjør et hopp.

Du trenger ingen forkunnskaper, undervisningen blir tilpasset ditt nivå. Alt som trengs, er at du er interessert i å finne ut mer om hva tegning er, og hva kunst er.

Finn ut mer på [www.aktivigrorud.no/tegnkursms](http://www.aktivigrorud.no/tegnkursms)

i inn og utland. Hun er representert i flere offentlige samlinger, som Nasjonalgalleriet og Museet for samtidskunst. Konow Lund har lang erfaring i å undervise i billedkunst og er i dag professor ved Kunsthøgskolen i Oslo, avdeling Kunst og håndverk.





# KunstLAB

*Alle klubbene har kreative rom hvor du kan male, tegne, sole, modellere, pynte, forme, eksperimentere, lime, tenke, sy, perle, skrive, montere, skape, tulle – og utforske hva kunst kan være for akkurat deg.*

Rett før pandemien startet fikk vi prosjektstøtte fra Sparebankstiftelsen til å gjøre et kunstløft på fritidsklubbene. Vi ville ikke bruke opp alle pengene i en periode der det var så vanskelig å gjøre aktiviteter, så vi har hatt en langsom start. Men nå er vi klare til å starte på ordentlig!

Vi har kalt prosjektet «KunstLAB», fordi det skal være et laboratorium hvor vi skal klemme ut gode idéer. Derfor er det ikke helt bestemt hva prosjektet skal bli - det må dere ungdommer være med og bestemme.

## Kunstaktiviteter på klubbkveldene

Vi vil utvikle flere kreative aktiviteter på klubbkveldene, spesielt som er attraktive for ungdommer, da hobbytilbudet i dag er mest populært på juniorklubben. En viktig del av dette er å lage en veileder/meny som vi kan bruke som en del av årshjulet vårt.

På Raven Romsås er vi i gang med et tegnekurs som du ser på venstre side her, og i sommerferien blir det kunstdcamp i to uker, én uke for junior og én for ungdom. Meld deg på før 5. mai!

## Lage kunst

Vi vil at veggene på klubbene skal være levende gallerier, skapt av ungdommene selv. Vi vil også legge til rette for at ungdom lager kunst utendørs, og stiller ut f. eks på lysvandringen og UKM.



## Opplive kunst

Vi vil at ungdom skal oppleve kunst, enten det er i muséer og gallerier, eller ved å besøke kunstnere i sine atelierer. Dette starter vi med allerede i sommer - meld deg på utfluktene i ferieprogrammet!

## Samarbeide og få nye venner

Vi ønsker å samarbeide på tvers av klubbene og eksterne aktører på kunstfeltet, slik at ungdom som har lignende interesser kan bli kjent med hverandre og knytte nettverk.

## ArtWork

Vi vil integrere kunstprosjektet i Jobb for ungdom, og utvikle jobbtperer der ungdom som deltar på kurs og workshops hos oss kan bruke det de har lært i våre jobber.

Slik kan vi gi ungdom en mulighet til å tjene penger på hobbyen sin. Dette har vi allerede startet på, tre ungdommer har i vinter jobbet som assistenter på hobbyrommene på klubbene.

Ta kontakt med fungerende prosjektleder på [tonje.bru-stuen@bgr.oslo.kommune.no](mailto:tonje.bru-stuen@bgr.oslo.kommune.no) om dette er noe for deg!



# Dans

## AMMERUDKLUBBEN

Danserne Anita og Latifa har flere års erfaring med å holde dansekurs. På ungdomsklubbkveldene i vår lærer de bort teknikker fra ulike dansestiler.

Uansett om du vil sjekke ut om dans er noe for deg, eller om du allerede er dreven danser, er du hjertelig velkommen til drop-in dans på Ammerudklubben!

Fredag 18:00 - 21:00 (8. trinn - 18 år)

Lørdag 18:30 - 21.30 (8. trinn - 18 år)

## RAVEN ROMSÅS

Yordano Bulgar, profesjonell danser fra Cuba leder drop-in dans på Raven Romsås i tiden framover. Her får du en smakebit på ulike dansestiler. Stikk innom om du har lyst til å begynne med dans på klubben!

### Åpningstider

Onsdag 17:30 - 19:30 (5. - 7. trinn)

Fredag 18:00 - 20:00 (8. trinn - 18 år)

## GRATIS LOKALER TIL ØVING

Alle klubbene har dansesaler som du kan låne gratis for å øve om du vil starte din egen dansegruppe.

- Raven Romsås har to dansesaler
- Ammerudklubben har to dansesaler
- Kalbakkenklubben har én dansesal

Se [www.aktivigrorud.no/dans](http://www.aktivigrorud.no/dans) for mer info.

# DJ-ing

Hver onsdag er Haroon Jamil DJ på Ammerud junior-klubb. Her kan 5. - 7. trinn stikke innom og prøve seg på kontrolleren.

Det blir DJ-kurs i sommerferien, det ser du i programmet. Meld deg på!

Om du er ungdom og interessert i starte opp allerede nå i vår, ta kontakt med oss på instagram eller [tonje@aktivigrorud.no](mailto:tonje@aktivigrorud.no).





## GROW medielab

*GROW medielab kan hjelpe deg med foto, video og design!*

Vi tar f.eks bilder på festivaler og konserter, lager musikkvideo, fotoutstillinger – og flyr med drone.

Vi har profesjonelt utstyr som du kan låne for å jobbe med dine egne prosjekter.

Hos oss kan du også tjene penger på hobbyen din!

GROW medielab er for ungdom ca 14 - 20 år med tilknytning til Bydel Grorud.

Finn ut mer på [www.aktivigrorud.no/grow](http://www.aktivigrorud.no/grow).



Oslo

Ammerudklubben

# Gratis trening!

Treningsstudio på Ammerudklubben

Tirsdager 17:00 – 18:00 bare for jenter

Tirsdager 18:00 – 22:00 åpent for alle

Alder: 8. trinn – 18 år

Finn ut mer på [www.aktivigrorud.no/amdgym](http://www.aktivigrorud.no/amdgym)

**Påmelding:**

Send oss DM på instagram eller e-post til [gym@aktivigrorud.no](mailto:gym@aktivigrorud.no) hvis du vil starte å trene.

OBS Du må levere skjema med underskrift fra foresatte før du kan starte.

VELKOMMEN!

Instagram:  
[@gym.aktivigrorud](https://www.instagram.com/gym.aktivigrorud)



Oslo

Aktiv i Grorud

# Musikk- studio

GRATIS!

[www.aktivigrorud.no/musikkstudio](http://www.aktivigrorud.no/musikkstudio)  
Vi tilbyr også gratis utlån av hjemmestudio!

Alder:  
10 - 20 år

**Åpningstider:**  
Ammerudklubben (Simen)  
Tirsdager 16:00 - 21:00

Kalbakkenklubben (Marta)  
Onsdager 16:00 - 21:00

Raven Romsås (Simen)  
Torsdager 16:00 - 21:00

**Kontaktinfo:**  
simen.aktivigrorud på IG  
marta.aktivigrorud på IG  
simen@aktivigrorud.no  
marta@aktivigrorud.no



Oslo

Aktiv i Grorud

# Utlåns- bank

Vi har sommeråpent - samme tider  
som Sykkelverkstedet!

**GRATIS!**

Målgruppe  
10 - 23 år

- Utstyr til friluft og fritid
- Bærbare PC'er
- Foto/video & media
- Symaskiner
- Brettspill og bøker
- Musikkstudio til hjemmebruk
- Musikkinstrumenter

## ÅPNINGSTID

Torsdager

16:00 - 20:00 på  
Ammerudklubben

[www.aktivigrorud.no/utlan](http://www.aktivigrorud.no/utlan)



Oslo

Aktiv i Grorud



**Gratis!**  
(du betaler bare  
for delene)

# Sykkelverksted

Ammerudklubben - Ammerudhellinga 47  
[www.aktivigrorud.no/sykkel](http://www.aktivigrorud.no/sykkel)

## Åpningstider:

21. april – 19. juni: Torsdag kl. 17:00 – 19:30

20. juni – 18. august: Mandag til fredag kl. 12:00 – 16:00\*

19. august – 27. oktober: Torsdag kl. 17:00 – 19:30

\*Sommerstengt i uke 29 og 30





# Opplev Norge sammen med oss!

I 2020 var vi på en fantastisk tur til Gaustatoppen. I fjor besteg vi Norges høyeste fjell, Galdhøpiggen - dro til Lofoten og på moskussafari på Dovrefjell.

Hvordan kan vi toppe dette? Denne sommeren planlegger vi rafting i Gudbrandsdalen og en tur til de vakre fjordene på Vestlandet.

Aldersgrensen for ungdom er fra 13 år og oppover, men på opplevelsesturene åpner vi også for å ha med voksne som frivillige.

Alt er inkludert og vi har turutstyr til utlån - du trenger bare å ha med egne lomme penger.

Er du voksen og vil delta som frivillig? Send e-post til [habib.tahir@bgr.oslo.kommune.no](mailto:habib.tahir@bgr.oslo.kommune.no) om du vil være med på eventyr i storslagen natur!



# Sommercamp på klubbene

*Velkommen til sommercamp! Her møter du aktivitetsledere som setter i gang leker, hobbyaktiviteter og turneringer, og det er utlån av utstyr som basketball, badminton, bordtennisracketer, hoppetau, osv.*

## SOMMERCAMP AMD

Mandag til fredag kl. 12:00 - 16:00

Hvis det er fint vær er vi på uteområdet rundt Ammerudklubben. Er det dårlig vær, går vi inn på klubben.

Tilbudet er åpent i uke 25, 26, 32 og 33 (20. juni - 1. juli og 8. - 19. august)

Kontakt i åpningstiden: 94 01 05 08  
Ansvarlig leder: Amal | tlf: 41 60 83 55

## SOMMERCAMP KLB

Mandag til fredag kl. 12:00 - 16:00

Hvis det er fint vær er vi i skolegården på Nordtvet skole. Er det dårlig vær, går vi inn på klubben.

Tilbudet er åpent i uke 32 & 33 (8. - 19. august)

Kontakt i åpningstiden: 47 90 79 87  
Ansvarlig leder: Jeanette | tlf: 41 23 93 76

## SOMMERCAMP RMS

Mandag til fredag kl. 12:00 - 16:00

Hvis det er fint vær er vi på Humleby. Er det dårlig vær, går vi inn på klubben.

Tilbudet er åpent i uke 25, 26, 32 og 33 (20. juni - 1. juli og 8. - 19. august)

Kontakt i åpningstiden: 94 02 92 51  
Ansvarlig leder: Shuayb | tlf: 98 67 51 14



# Sommercamp med Romsås IL

Følg med på Romsås IL  
sin instagram-konto  
for oppdateringer  
om tilbudet!

@romsasil

Velkommen til sommercamp med Romsås IL! Her blir det mange forskjellige aktiviteter - basket, innebandy, fotball, futsal, badminton, volleyball, bordtennis og turer i marka og nærområdet. Aktivitetene skal foregå ute på Humleby, inne i Romsåshallen, inne på Bjøråsen skole og i nærområdet.

Mandag - fredag kl. 11:30 - 15:30  
Uke 27 og 28 (4. - 15. juli)  
Oppmøte på Humleby kunstgress, foran klubbhuset.

Alder: 5. - 10 trinn  
Gratis  
Ingen påmelding, bare møt opp!  
Romsås IL serverer frukt, ta med mat og drikke.

I Romsåshallen er det ikke tillatt å bruke utesko, så ta med innesko.  
Vi gir beskjed hver mandag om hvilke dager som foregår inne i hallen.

**Kontaktinfo:**

Adnan: 99 51 10 16  
Marcus: 47 16 88 13  
lbtisam: 41 39 40 44



### TELTTUR TIL STEINBRUVANN

Vi slår leir ved Steinbruvann! Her blir det bading, grilling og kos rundt leirbålet. Denne turen er blandet. Vi har telt, soveposer og friluftsutstyr til utlån, og kontakter de som får plass angående pakkelliste.

Dato: 15. - 16. august

Alder: 8. - 10. trinn

GRATIS

Oppmøte: Ammerudklubben kl. 10:00

Leder: Shuayb | tlf: 98 67 51 14



### TELTTUR TIL STEINBRUVANN FOR JENTER

Vi slår leir ved Steinbruvann! Her blir det bading, grilling og kos rundt leirbålet. Denne turen er bare for jenter. Vi har telt, soveposer og friluftsutstyr til utlån, og kontakter de som får plass angående pakkelliste.

Dato: 16. og 17. august

Alder: 8. - 10. trinn - bare jenter

GRATIS

Oppmøte: Ammerudklubben kl. 12:00

Leder: Jeanette | tlf: 41 23 93 76



# Overnattingssturer

## SOMMERLEIR PÅ KINSBAKKEN

Kinsbakken er Bydel Grorud sitt eget feriested, som i 70 år har blitt brukt som feriekoloni for barn og unge. Kinsbakken ligger mellom Stavern og Nevlunghavn, ca 2,5 times kjøring fra Oslo.

Huset ligger 15 meter fra vannet. Her har vi 32 soveplasser, fire båter og mange muligheter for bading, sjøliv, fisking, ballspill og friluftsupplevelser. På uteområdet er det trampoline, fotballbane, bordtennisbord og volleyballbane.

I tillegg til aktiviteter rundt Kinsbakken drar vi på utflukter i nærområdet, som f.eks bowling, bondegårdsbesøk, Høyt & lavt klatrepark, Sommarland i Bø eller Badeland i Skien.

Det er plass til ca. 20 deltakere på hver tur. Vi anbefaler å ha med litt lommepenger, maks 400 kr. Pakkeliste deles ut på infomøte, som avholdes i forkant.

Pris: 400 kr (dekker reise, mat, opphold og aktiviteter)

**Ungdomstur 20. - 24. juni**

Alder: 8. - 10. trinn

Leder: Jeanette | tlf: 41 23 93 76

**Juniortur 27. juni - 1. juli**

Alder: 5. - 7. trinn

Leder: Shuayb | tlf: 98 67 51 14

**Tur for eldre ungdom 1. - 5. august**

Alder: 16 - 20 år

Leder: Maria | tlf: 94 16 68 49



## BØ SOMMARLAND

Bø sommarland er i europatoppen når det gjelder fart og spenning, et eldorado for deg som vil ha det ekstra gøy i vannet. Den 26 meter høye supersklia "magasugget", berg- og dalbanen "mot i brystet" og ikke minst verdens største kunstige surfebølge "flow rider" er bare noen av vannaktivitetene du kan få adrenalinkick av. Mellom slagene slapper vi av med sandvolleyball eller i det oppvarmede boblebadet.

Du må kunne svømme minst 25 meter på dypt vann uten hjelpemidler for å være med på turen.

Dato: 9. august  
Tid: 08:00 - 20:00  
Alder: 5. trinn - 18 år  
Pris: 100 kr (inkluderer reise og inngangsbillett)

Ta med badetøy, håndkle, to matpakker, drikke, solkrem, litt lomme penger og klær som passer til været.

Oppmøte: Shell Grorud  
Leder: Jeanette | tlf: 41 23 93 76

## SYKKELTUR I GRORUDDALEN

Bli bedre kjent med Groruddalen! Vi drar på sykkel tur og blir kjent med alt det fine dalen har å by på. Vi tar pauser underveis hvor vi griller og har aktiviteter.

Hvis været blir fint stikker vi selvfølgelig innom et av badestedene i Groruddalen - hvis det blir veldig dårlig vær finner vi på noe annet!

Dato: 10. august  
Tid: 11:00 - 15:00  
Alder: 5. trinn - 18 år

GRATIS  
Ta med sykkel, hjelm og drikkeflaske. Vi tar med mat og drikke.

Oppmøte: Ammerudklubben  
Leder: Shuayb | tlf: 98 67 51 14

## OSLO KLATREPARK VED BÅNKALL

Vi drar til Oslo klatrepark ved Bånkall gård og tilbringer dagen i hinderløypa høyt oppe mellom trærne. Løypene har forskjellige vanskelighetsgrader og består av ulike hindre, nett, tunneler, balanse- og tauelementer. Med zip-lines seiler du gjennom luften høyt over bakken!

Dato: 11. august  
Tid: 11:00 - 18:00  
Alder: 5. trinn - 18 år

Pris: 100 kr (inkluderer reise og inngangsbillett)  
Ta med matpakke og drikke. Ha på gode sko, ikke sandaler/åpne sko eller sko med glatte såler. Kle deg etter været, siden vi skal være utendørs hele dagen.

Oppmøte: Grorud T  
Leder: Shuayb | tlf: 98 67 51 14

## DRESINTUR

Vil du være med og sykle på nedlagte togs Skinner? På Numedalsbanen i Buskerud bruker vi dresiner (små vogner som går på skinner) til å sykle mellom Veggli og Rødberg.

Vi leier dresiner og hjelmer på Veggli vertshus og besøker nedlagte togstasjoner, sykler over broer og gjennom tunneler. Banen har ikke vært i bruk siden 1989, så det er helt trygt!

Dato: 12. august  
Tid: 08:00 - 20:00

Alder: 5. trinn - 18 år. Det er 13-års grense for å sykle på dresinen, men vi kan ta med noen få deltagere 10 - 12 år (som kan sitte på, men ikke sykle selv).

Pris: 100 kr (inkluderer reise, lunsj og leie av dresin)  
Ta gjerne med litt drikke og mat, men vi har også med lunsj som vi spiser sammen.

Oppmøte: Shell Grorud  
Leder: Jeanette | tlf: 41 23 93 76

# Dagsturer

## PAINTBALL

Highjump Event ligger i Søndre Nordstrand, og er er den perfekte aktiviteten for deg som vil oppleve et adrenalinkick, samtidig som det er utrolig gøy.

Her finner du 3 paintballbaner i et område på hele 8000 kvadratmeter. De har en stor åpen militærbane, en skogsbane med Capture The Hill"-opplegg, og en nærkampbane for en intensiv opplevelse.

Man trenger ingen erfaring for å spille. De stiller med det du måtte trenge av utstyr og egen instruktør som viser dere rundt og gjennomfører nødvendig opplæring. High Jump event benytter trykkluft fremfor CO2-gass i deres markører, så man trenger ikke bekymre seg for blåmerker.

Dato: 20. juni  
Tid: 14:00 - 18:00  
Alder: 8. trinn - 18 år

Pris: 100 kr (inkluderer reise og inngangsbillett)  
Deltagere under 18 år må ha med skriftlig tillatelse fra foresatt.

Oppmøte: Grorud T  
Leder: Shuayb | tlf: 98 67 51 14

## TUSENFRYD

Kjenn at det kiler i magen på SpinSpider, Thunder Coaster, Space Shot og Speed Monster! Tusenfryd er Norges største fornøylespark, med over 30 spennende attraksjoner, morsomme spill og en rekke butikker og spisesteder.

Parken er tilpasset alle aldersgrupper, deriblant berg- og dalbaner og karuseller, tømmerrenne, radiobiler, lekestativer og mye mer. Hvis det er fint vær drar vi til Badefryd, som har basseng og vannsklier.

Dato: 8. august  
Alder: 5. trinn - 18 år  
Tid: 09:00 - 18:00

Pris: 100 kr (inkluderer reise og inngangsbillett)  
Ta med matpakke, drikke, litt lommepenger og badetøy hvis det er fint vær.

Oppmøte på Shell Grorud  
Leder: Amal | tlf: 41 60 83 55

### RAP-WORKSHOP FOR JENTER

Dette er et kurs for deg som ønsker å rappe. Vi skal ha det gøy og lære det grunnleggende om å rappe - hvordan skrive tekster og øve på rytmer.

Er du jente og har lyst å rappe?  
Dette er et bra sted å starte!

5. - 7. trinn: 18. august kl. 10:00 - 14:00  
8. trinn - 18 år: 19. august kl. 10:00 - 14:00

GRATIS

Sted: Kalbakkenklubben

Leder: Maria | tlf: 94 16 68 49

### DJ-KURS

Er du vår neste store DJ? På dette kurset lærer du å mikse musikk. Her får du først en innføring i hvordan utstyret fungerer. Du lærer også beatmatching, en teknikk hvor man bl.a. lager overganger mellom låtene, og hvordan du kan bruke filtre for effekter.

Dato: 20. - 24. juni  
5. - 7. trinn: 12:00 - 14:00  
8. - 10. trinn: 14:30 - 16:30

GRATIS

Sted: Ammerudklubben

Leder: Tonje | tlf: 90 41 47 42

### HIP HOP & AFROBEAT DANCE CAMP

Hip hop hurra! Bli med på dancecamp! Her lærer du afrobeats og hip hop-moves. Kurset går over fem dager og varer i to timer hver dag. På fredag skal vi ha en avslutning med fremvisning av dansene du har lært på kurset. Bli med på en kjempetin uke full av dans og glede! Ta med matpakke og drikkeflaske.

5. - 7. trinn: 27. juni - 1. juli kl. 12:00 - 14:00  
8. trinn - 18 år: 27. juni - 1. juli kl. 14:30 - 16:30

GRATIS

Sted: Ammerudklubben

Leder: Tonje | tlf: 90 41 47 42

### SOMMERÅPENT MUSIKKSTUDIO

Kom og spill inn låter i studio i sommer! Her kan du sitte alene og jobbe med beats og låter, eller få hjelp av våre instruktører til å spille inn.

På Fyrhuset har de mulighet til å spille inn et helt band. På Kalbakken og Romsås er studioene litt mindre og passer best for vokal.

**Fyrhuset musikkverksted**

20. - 24. juni kl. 12:00 - 18:00

**Kalbakkenklubben**

27. juni - 1. juli kl. 11:30 - 16:30

**Raven Romsås**

8. - 12. august og 15 - 19. august kl. 11:30 - 16:30

Alder: 10 - 20 år

GRATIS

Leder: Maria | tlf: 94 16 68 49

### INSTRUMENTKURS FOR NYBEGYNNERE

Velkommen til Fyrhuset musikkverksted! Her kan du prøve deg på gitar, bass, keyboard, piano og trommer. Du kan også komme hvis du bare vil synge.

Vi har instrumenter du kan låne med hjem for å øve.

Dato: 15. - 19. august

5. - 7. trinn: 12:00 - 15:00

8. trinn - 18 år: 15:00 - 18:00

GRATIS

Sted: Fyrhuset musikkverksted

Leder: Maria | tlf: 94 16 68 49



# Musikk og dans

## POPSENTERET - VÅR STIL (JUNIOR)

Strike a pose! Bli med å utforske ulike artiststiler, øv på å posere og syng som en popstjerne. Inndelt i band jobber vi image, og synger inn en valgt sang i studio. Vi tar også bilder foran Popsenterets green screen. Låt og bilde mikses og designes av deg.

Vi besøker også instrumentparken, hvor du kan spille trommer, elgitar, synth og bassgitar.

Aktiviteten passer både for nybegynnere og deg som har spilt litt fra før.

Før vi drar hjem spiser vi piknik sammen i Sofienbergparken. Vi stiller med mat og drikke, du trenger ikke ta med noe!

Dato: 22. juni  
Tid: 13:00 - 17:00  
Alder: 5. - 7. trinn

GRATIS  
Oppmøte på Ammerudklubben  
Leder: Tonje | tlf: 90 41 47 42



## POPSENTERET - STJERNE FOR EN DAG (UNGDOM)

Skriv din egen låt eller rap, spill inn i studio, lag artistbilde og design cover. Popsenterets formidler er manager, og guider dere gjennom prosessen.

Vi besøker også instrumentparken, hvor du kan spille trommer, elgitar, synth og bassgitar.

Aktiviteten passer både for nybegynnere og deg som har spilt litt fra før.

Før vi drar hjem spiser vi piknik sammen i Sofienbergparken. Vi tar med mat og drikke, du trenger ikke ta med noe!

Dato: 23. juni  
Tid: 13:00 - 17:00  
Alder: 8. - 10. trinn

GRATIS  
Oppmøte på Ammerudklubben  
Leder: Tonje | tlf: 90 41 47 42

### KINOTUR + ETTERSNAKK (UNGDOM)

«mid90s» er en oppvekstskildring om Stevie, den someren han er 13 år på midten av 90-tallet. Det er en film om å finne seg selv, om å være brødre, om vennskap og om skating.

Mid90s er debutfilmen til Jonah Hill. Filmen er rangert som en av National Board of Reviews topp 10 independentfilmer i 2018.

Etter filmen spiser vi pizza sammen og Vega kino inviterer til "ettersnakk". Her kan man stille spørsmål om filmen, og dele refleksjoner/tanker om det man har sett.

Dato: 8. august  
Tid: 12:00 - 17:00  
Alder: 8. trinn - 18 år

GRATIS

Oppmøte på Ammerudklubben  
Leder: Tonje | tlf: 90 41 47 42

### KINOTUR + ETTERSNAKK (JUNIOR)

Bli med og se unike, danske ungdomsfilmene Team Hurricane! Her møter vi en gruppe råkule, eksentriske, ulike og unike tenåringsjenter. Deres base, den lokale fritidsklubben, skal legges ned. Det blir deres siste sommer på klubben og jentene bestemmer seg for å markere det hele ved å arrangere en kunstutstilling.

Filmen er en tornado av kreativitet; en film som klipper og limer ulike uttrykk og formater, og dynker dem i farger og musikk. Dette er en unik film som presenterer et uvant perspektiv som viser både det vakre og det vonde ved tenårene.

Etter filmen spiser vi pizza sammen og Vega kino inviterer til "ettersnakk". Her kan man stille spørsmål om filmen, og dele refleksjoner/tanker om det man har sett.

Dato: 16. august  
Tid: 12:00 - 17:00  
Alder: 5. - 7. trinn

GRATIS

Oppmøte på Ammerudklubben  
Leder: Tonje | tlf: 90 41 47 42



### KUNSTCAMP PÅ AMMERUDKLUBBEN

Velkommen til kunstcamp på Ammerudklubben. Her skal vi gjøre mange ulike kreative aktiviteter i løpet av uka - f.eks. foto, batik, akvarell, tegning og maling.

Ikke minst skal vi ha det gøy sammen og møte nye venner!

Ta med matpakke og drikke, alt annet fikser vi.

5. - 7. trinn: 8. - 12. august 12:00 - 16:00  
8. - 10. trinn: 15. - 19. august 12:00 - 16:00

GRATIS

Sted: Ammerudklubben  
Leder: Tonje | tlf: 90 41 47 42

# Kunst og kreativitet

## OMVISNING PÅ MUNCHMUSEET

Har du ikke besøkt det nye Munchmuseet enda? Nå har du sjansen! Bli med på en ny og enestående oppdagelsesreise i Edvard Munchs kunst. Opplev verdenskjente motiver som Skrik og Madonna, og la deg overraske av ukjente hovedverk og uventede blikk inn i dette mangfoldige kunstnerskapet.

5. - 7. trinn: 23. juni kl. 11:00 - 16:00  
8. - 10. trinn: 24. juni kl. 11:00 - 16:00

Før vi drar hjem spiser vi pizza på museet. Vi stiller med mat og drikke, du trenger ikke ta med noe!

GRATIS

Oppmøte på Ammerudklubben  
Leder: Tonje | tlf: 90 41 47 42

## OMVISNING PÅ NATIONALTHEATERET

Nationaltheateret åpnet i 1899, og er en av Norges tre hovedscener for teaterkunst. Vi inviterer til en unik og gøyale måte å oppdage teateret på. Du får gå på scenen, backstage og besøke kostyme- og maskeavdelingen.

Du får lære om hvordan teater blir til og vi forteller om den viktige kulturhistorien som ligger i Nationaltheatrets vegger; her vandret både Bjørnson og Ibsen, og dere vil få gå i deres fotspor og lære om våre store kunstnere på en spennende og inspirerende måte.

Før vi drar hjem spiser vi piknik sammen i Slottsparken. Vi stiller med mat og drikke, du trenger ikke ta med noe!

5. - 7. trinn: 9. august kl. 11:00 - 16:00  
8. - 10. trinn: 10. august kl. 11:00 - 16:00

GRATIS

Oppmøte på Ammerudklubben  
Leder: Tonje | tlf: 90 41 47 42

## HENIE ONSTAD KUNSTSENTER

Henie Onstad Kunstsenter ligger vakkert til på Høvikodden, omkranset av fjorden og en stor skulpturpark.

Her får vi omvisning i utstillingene, og selvfølgelig skal vi innom den berømte installasjonen «Hymn of Life» av Yayoi Kusama, som er et 50 kvm stort rom med speil både på vegger og på gulv. Med pulserende lamper som forandrer farger, er det en svært original opplevelse.



Vi spiser piknik sammen i skulpturparken før vi drar hjem. Vi stiller med mat og drikke, du trenger ikke ta med noe!

Museet har også en veldig fin badestrand, så er været fint er det også muligheter for soling & bading.

Dato: 19. august  
Tid: 11:00 - 17:00  
Alder: 8. - 10. trinn

GRATIS

Oppmøte på Ammerudklubben  
Leder: Tonje | tlf: 90 41 47 42



# Fritidskortet

## Få 1000 kr til favorittaktiviteten din!

Tilbudet er til deg som:

- er 6 - 18 år
- bor i Bydel Grorud

Driver du med, eller har du lyst til å begynne med: idrett, musikk, dans eller en annen organisert fritidsaktivitet?

Fritidskortet dekker 1000 kroner av aktivitetsavgiften din hvert halvår!



Bruk  
fritidskortet ditt  
nå!

**SKAPERVERKSTED PÅ AMMERUDKLUBBEN**

Velkommen til Skaperverksted! Her driver vi med f. eks vinylkutting, tekstiltrykk, 3D-printing, lodding og blokk-programmering.

Meld deg på, så finner vi på noe gøy sammen!

Dato: 8. - 12. august

Tid: 12:00 - 16:00

Alder: 5. - 10. trinn

GRATIS

Ta med matpakke og drikkeflaske

Sted: Ammerudklubben

Leder: Tonje | tlf: 90 41 47 42

**SKAPERVERKSTED PÅ KALBAKKENKLUBBEN**

Velkommen til Skaperverksted! Her driver vi med f. eks vinylkutting, tekstiltrykk, 3D-printing, lodding og blokk-programmering. Meld deg på, så finner vi på noe gøy sammen!

Dato: 4. august

Tid: 12:00 - 16:00

Alder: 5. - 10. trinn

GRATIS

Ta med matpakke og drikkeflaske

Sted: Kalbakkenklubben

Leder: Jeanette | tlf: 41 23 93 76

**LAG LOKAL OG BÆREKRAFTIG MAT**

Vi lærer å lage mat! Kokkekurs er morsomt, lærerikt - og ikke minst får du spise digg mat! Vi prøver å bruke mest mulig råvarer som er dyrket her i bydelen.

Dato: 11. & 12. august

Tid: 12:00 - 15:00

Alder: 5. - 7. trinn

GRATIS

Sted: Kalbakkenklubben

Leder: Jeanette | tlf: 41 23 93 76

**TRENING UTE OG INNE**

Vil du holde deg i aktivitet i sommer? Vi planlegger å holde treningsstudioet på Ammerudklubben åpent i uke 25, 26, 32 og 33. I tillegg blir det utetrening på Ammerudgymmen og i nabolaget.

Åpningstidene er ikke bestemt enda, men vi ønsker at dere som er interessert i å trene melder dere på. Vi kontakter dere med tider og mer info etter at påmeldingsfristen har gått ut.

GRATIS

Alder: 8. trinn - 18 år

Du må levere skjema med underskrift fra foresatte før du kan begynne å trene.

Leder: Amal | tlf: 41 60 83 55

# Aktiviteter på nærmiljøskolene

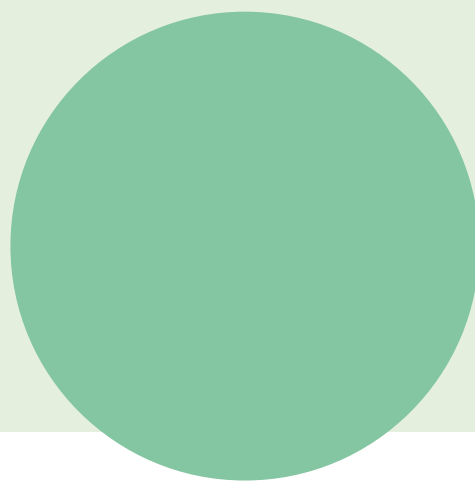
Nærmiljøskolene er møtesteder i og utenfor skoletiden. Her skjer en masse fritidsaktiviteter for deg som er barn eller ung i Bydel Grorud.

Bydel, skolene, idrettslag og frivillige krefter samarbeider om å tilby aktiviteter og bruker skolene som møteplass. Det kaller vi en Nærmiljøskole.

Nærmiljøskolene holder åpent i sommerferien. Mer informasjon om tidspunkt og aktiviteter kommer snart på den enkelte skole. Det er bare å glede seg - vi ser frem til å se dere!

Disse skolene planlegger å ha aktiviteter i sommerferien:

- Apalløkka skole
- Grorud skole
- Groruddalen skole
- Rødtvet skole
- Tiurleiken skole



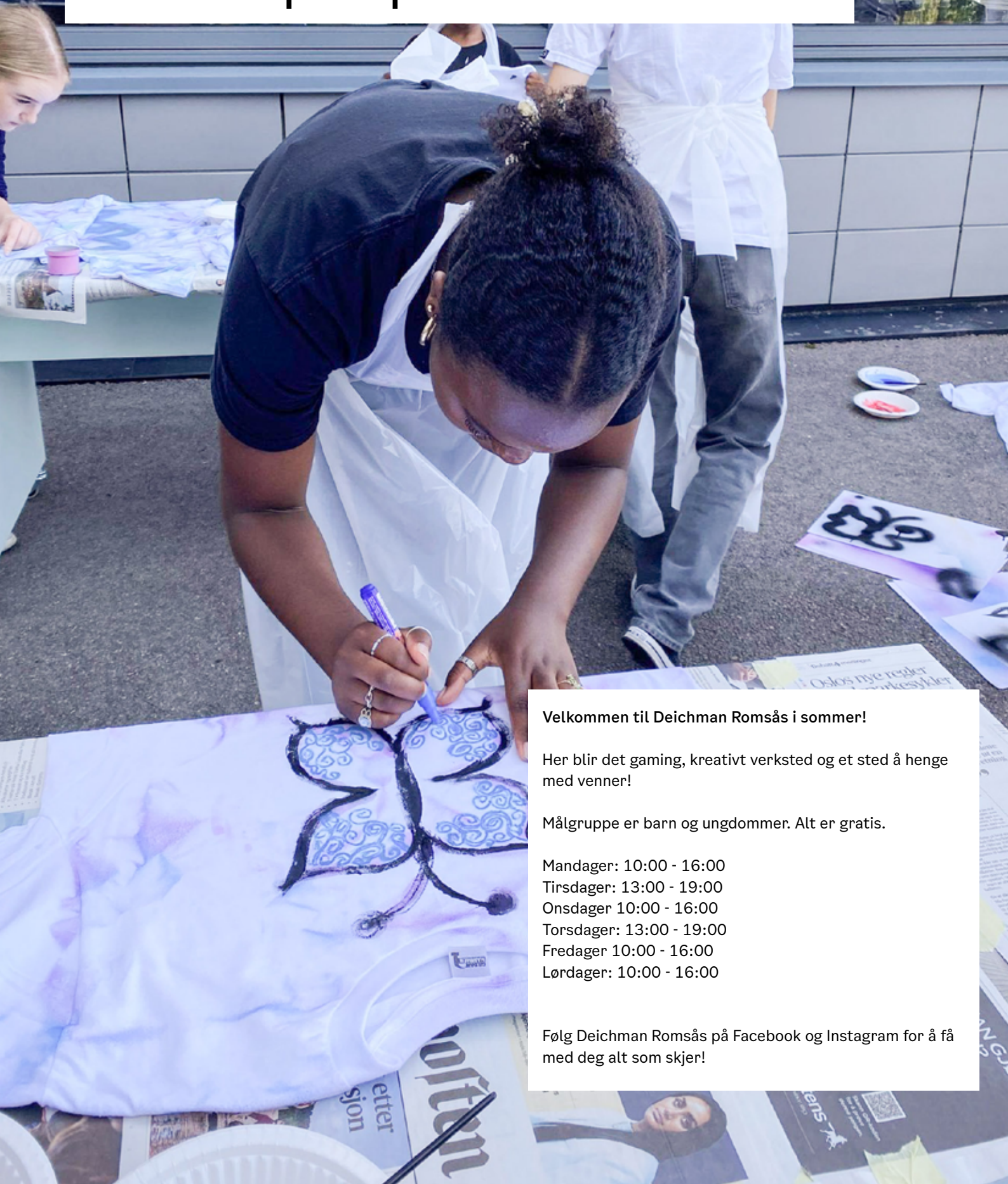
Endelig kan vi samles igjen i hagen bak Kafé Steinbra og Steinhoggermuseet. Profesjonelle steinhoggere fra inn- og utland lager ting som vil bli auksjonert bort på søndagen.

Barn kan, med kyndig veiledning, få prøve seg på faget.

Mye gøy er under planlegging!  
Åpen for alle, ingen påmelding - og helt gratis.

Følg gjerne med på Steinhoggerfestivalens facebook-side og [steinhoggerfestivalen.com](http://steinhoggerfestivalen.com)

# Sommeråpent på Deichman Romsås



**Velkommen til Deichman Romsås i sommer!**

Her blir det gaming, kreativt verksted og et sted å henge med venner!

Målgruppe er barn og ungdommer. Alt er gratis.

Mandager: 10:00 - 16:00  
Tirsdager: 13:00 - 19:00  
Onsdager 10:00 - 16:00  
Torsdager: 13:00 - 19:00  
Fredager 10:00 - 16:00  
Lørdager: 10:00 - 16:00

Følg Deichman Romsås på Facebook og Instagram for å få med deg alt som skjer!

<b>Aktivitet</b>	<b>Dato</b>	<b>Alder</b>	<b>Leder</b>	<b>Mobil</b>
Sommerleir på Kinsbakken	20. juni - 24. juni	8. - 10. trinn	Jeanette	41 23 93 76
Sommerleir på Kinsbakken	27. juni - 1. juli	5. - 7. trinn	Shuyab	98 67 51 14
Sommerleir på Kinsbakken	1. - 5. aug	16 - 20 år	Maria	94 16 68 49
Telttur	15. - 16. aug	8. - 10. trinn	Shuayb	98 67 51 14
Telttur for jenter	16. - 17. aug	8. - 10. trinn	Jeanette	41 23 93 76
Paintball	20. juni	8. trinn - 18 år	Shuayb	98 67 51 14
Parkour	4. & 5. aug	5. trinn - 18 år	Shuayb	98 67 51 14
Tusenfryd	8. aug	5. trinn - 18 år	Amal	41 60 83 55
Bø sommarland	9. aug	5. trinn - 18 år	Jeanette	41 23 93 76
Sykkeltur i Groruddalen	10. aug	5. trinn - 18 år	Shuyab	98 67 51 14
Oslo Klatrepark	11. aug	5. trinn - 18 år	Shuyab	98 67 51 14
Dresintur	12. aug	5. trinn - 18 år	Jeanette	41 23 93 76
Nationaltheateret	9. aug	5. - 7. trinn	Tonje	90 41 47 42
Nationaltheateret	10. aug	8. - 10. trinn	Tonje	90 41 47 42
Kino: Mid90s	8. aug	8. trinn - 18 år	Tonje	90 41 47 42
Kino: Team Hurricane	16. aug	5. - 7. trinn	Tonje	90 41 47 42
Henie Onstad kunstsenter	19. aug	8. - 10. trinn	Tonje	90 41 47 42
Munchmuseet	23. juni	5. - 7. trinn	Tonje	90 41 47 42
Munchmuseet	24. juni	8. - 10. trinn	Tonje	90 41 47 42
Kunstcamp	8. - 12. aug	5. - 7. trinn	Tonje	90 41 47 42
Kunstcamp	15. - 19. aug	8. - 10. trinn	Tonje	90 41 47 42
Stand-Up paddlekurs	20. - 23. juni	5. - 7. trinn	Maria	94 16 68 49
Stand-Up paddlekurs	20. - 23. juni	8. trinn - 18 år	Maria	94 16 68 49
Kokkekurs	11. & 12. aug	5. - 7. trinn	Jeanette	41 23 93 76
Musikkstudio FYR	20. - 24. juni	10 - 20 år	Maria	94 16 68 49
Musikkstudio KLB	27. juni - 1. juli	10 - 20 år	Maria	94 16 68 49
Musikkstudio RMS	8. - 19. aug	10 - 20 år	Maria	94 16 68 49
Instrumentkurs	15. - 19. aug	5. - 7. trinn	Maria	94 16 68 49
Instrumentkurs	15. - 19. aug	8. trinn - 18 år	Maria	94 16 68 49
Rap-workshop for jenter	18. aug	5. - 7. trinn	Maria	94 16 68 49
Rap-workshop for jenter	19. aug	8. trinn - 18 år	Maria	94 16 68 49
Popsenteret	22. juni	5. - 7. trinn	Tonje	90 41 47 42
Popsenteret	23. juni	8. - 10. trinn	Tonje	90 41 47 42
DJ-kurs	20. - 24. juni	5. - 7. trinn	Tonje	90 41 47 42
DJ-kurs	20. - 24. juni	8. trinn - 18 år	Tonje	90 41 47 42
Dance Camp	27. juni - 1. juli	5. - 7. trinn	Tonje	90 41 47 42
Dance Camp	27. juni - 1. juli	8. trinn - 18 år	Tonje	90 41 47 42
Skaperverksted AMD	8. - 12. aug	5. - 10. trinn	Tonje	90 41 47 42
Trening	Dato kommer!	8. trinn - 18 år	Amal	41 60 83 55
Opplevelsestur til Vestlandet	Dato kommer!	13+	Habib	95 44 98 85
Opplevelsestur til Gudbrandsdalen	Dato kommer!	13+	Habib	95 44 98 85

NB Når det gjelder treningstilbudet og opplevelsesturene rakk vi ikke spikre alle detaljer før programmet skulle gå i trykk. Her kan du melde deg på om du ønsker mer info om tilbudet, også får du tilsendt invitasjon til å bekrefte din påmelding når datoer og tider er på plass.



# Praktisk info

## Hvem kan delta?

Våre aktiviteter er for barn og unge som bor eller går på skole i Bydel Grorud. Det kan gjøres unntak i spesielle tilfeller.

## Aldersgrenser

Aldersgrensene er oppgitt for hver enkelt aktivitet. I sommerferien regner vi aldersgrensen ut fra det trinnet barnet går i når påmeldingen blir fylt ut.

Etter at du har fylt 19 år kan du dessverre ikke delta på turene i Ferieklubben, med mindre det spesifikt står at aktiviteten er for eldre ungdom.

## Forbehold om avlysning og endringer

Ferieaktivitetene finansieres av eksterne midler som søkes fra år til år. Vi vet ikke når vi lager programmet hvor mye vi har i budsjett. Aktiviteter kan derfor utgå dersom vi får mindre midler enn vi søkte om.

Det må også være et minimum antall deltagere påmeldt per aktivitet for å kunne gjennomføre. Alle tider i programmet er veiledende, og kan endres på kort varsel hvis det oppstår noe uforutsett.

## Påmelding

Påmeldingsfristen til sommerferien 2022 er 5. mai. Påmeldingsskjema skal fylles ut av foresatt. Deltagere som har fylt 18 år kan melde seg på selv.

Påmelding gjøres på [www.aktivigrorud.no/ferie](http://www.aktivigrorud.no/ferie).

Det er ikke mulig å melde seg på utflukter og overnattingsturer etter at fristen har gått ut. På aktivitetene som foregår i våre egne lokaler vil vi åpne påmeldingen på nytt hvis det er ledige plasser.

Påmeldingen er bindende. Gi beskjed tidlig hvis du likevel ikke kan bli med, helst 72 timer i forkant, slik at plassen din kan gå til noen andre. Følg de gjeldende smittevern- og karantenerådene på avreisedato.

Du skal få SMS før 16. mai med info om hvilke aktiviteter ditt barn har fått plass på. Vi har dessverre ikke kapasitet til å sende ut avslag, så du får bare melding om de aktivitetene du får tilbud om.

## Betaling

Du skal betale etter at barnet ditt har deltatt på aktiviteten, senest 14 dager etter at aktiviteten er gjennomført.

Ikke betal på forhånd.

Vi tar dessverre ikke mot kontanter, men det er mulig å betale med faktura eller VIPPS til 520683. Hvis du betaler med VIPPS, husk å skrive deltagers navn og hvilken aktivitet det gjelder i meldingsfeltet. Se også vår VIPPS-veileder.

## Spesielt for overnattingsturer

Skal du delta på overnattingstur må du fylle ut reise-skjema. Før Kinsbakkenturene er det også møte for foreldre/foresatte.

## Bading

Barn som skal være med på badeaktiviteter må kunne svømme minst 25 meter på dypt vann uten hjelpemidler.

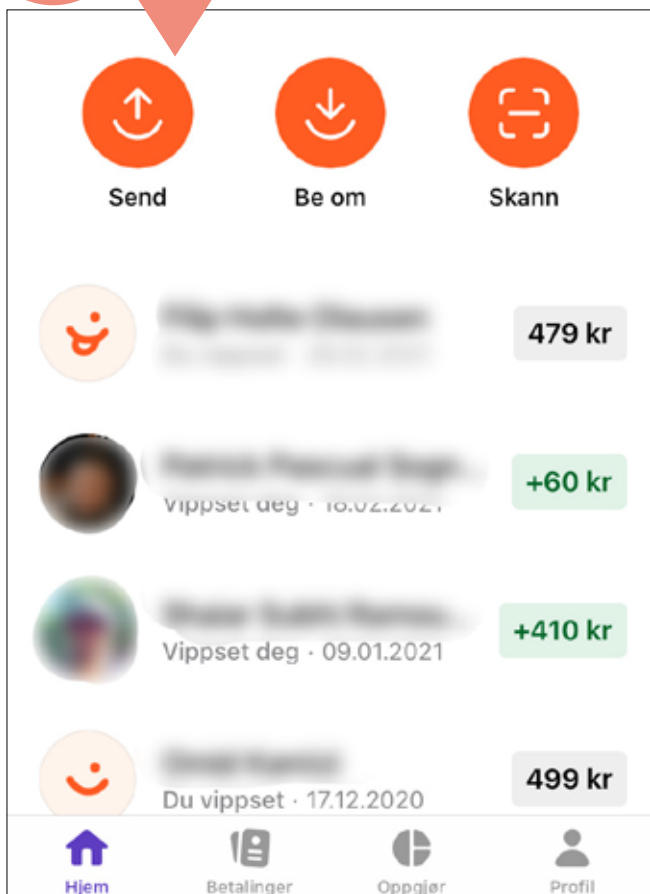
## Kontaktinfo

For spørsmål om hver enkelt aktivitet, ta kontakt direkte med ansvarlig leder. For generelle henvendelser om Ferieklubben, ta kontakt med [ferieklubben@bgr.oslo.kommune.no](mailto:ferieklubben@bgr.oslo.kommune.no).

# Slik betaler du med Vipps

Husk at du skal betale *etter* at aktiviteten er gjennomført.

1

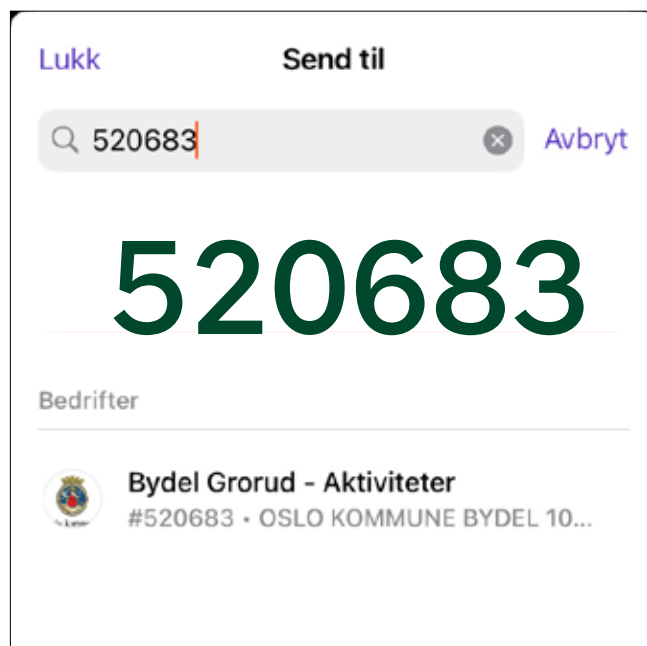


Husk å skrive deltagers navn og hvilken aktivitet det gjelder i meldingsfeltet.

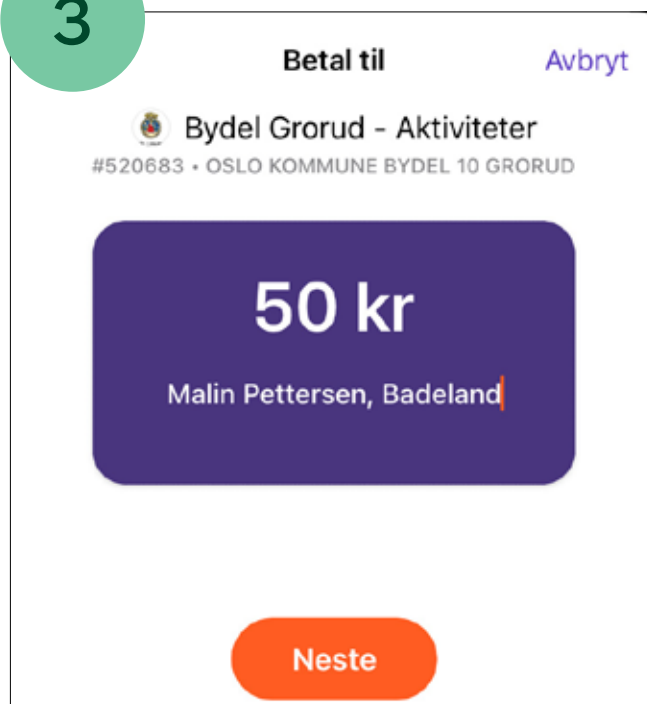
Du skal betale etter at barnet ditt har deltatt på aktiviteten, senest 14 dager etter.

Hvis du ikke har VIPPS er det mulig å betale med faktura.

2



3



# Ofte stilte spørsmål

**Jeg er usikker på om påmeldingen min ble sendt inn!**  
Du får bekreftelse på e-post når skjemaet er sendt inn. Hvis du ikke har fått denne e-posten, er det mulig at påmeldingen din ikke er registrert. Sjekk spamfilteret og fyll ut på nytt om du ikke finner den. E-posten kommer fra "Questback".

**Hvordan endrer eller sletter jeg påmeldingen?**  
Ønsker du å endre påmeldingen din, send inn på nytt. Det er den siste som blir gjeldende.  
Ønsker du å slette påmeldingen din, ta kontakt med ferieklubben@bgr.oslo.kommune.no

**Hvordan vet jeg om jeg har fått plass?**  
Vi sender svar på sms til alle som har fått plass. Vi har dessverre ikke kapasitet til å sende ut avslag, så du får bare melding om de aktivitetene du får tilbud om.

**Hvordan velger dere ut hvem som får plass?**  
Det er dessverre begrenset antall plasser. Vi prøver så godt vi kan å gi alle tilbud om minst én aktivitet. Noen av turene er veldig populære og har mange flere påmeldte enn vi har plasser til. Hvis du bare har meldt deg på én aktivitet (og den er veldig populær), kan det derfor hende vi ikke har mulighet til å gi deg plass.

**Hva skal jeg gjøre når jeg har fått sms?**  
Det er viktig at du svarer ja eller nei innen fristen, ellers risikerer du å miste plassen.

**Når og hvor skal jeg møte opp?**  
Oppmøtetid og -sted står i programmet og sendes ut på SMS.

**Hva skal jeg ta med på turen?**  
Reise og inngangsbillett er inkludert i prisen. Klær må passe til vær og aktiviteter. Ta med matpakke og drikke.

Hvis du trenger noe spesielt utstyr står det i programmet.

**Kan venner eller søsken få plass sammen?**  
Dette er dessverre ikke noe vi kan love, da det er mange hensyn å ta.

**Kan man stå på venteliste eller melde seg på etter at fristen har gått ut?**  
Turer: På grunn av utfylling av reiseskjema og foresatte-samtykke tar vi ikke inn andre deltagere enn de som var påmeldt i nettskjemaet.

Hvis du ikke får plass i første runde, står du automatisk på venteliste. Hvis noen takker nei til plassen sin kan det hende du får sms med tilbud om plass. Men det går ikke an å melde seg på etter at fristen har gått ut.

Aktiviteter i nærområdet: Ja. Her kan det hende vi kontakter de som var påmeldt som ikke fikk plass, eller at vi legger ut åpen påmelding på nettsidene våre og i sosiale medier.

**Kan man få støtte til å betale deltageravgiften?**  
Hvis du har veldig lyst til å være med, men mangler penger, snakk med en av klubblederne om muligheten til å søke om støtte.

**Hvorfor har dere ikke tilbud for yngre barn?**  
Bydel Grorud er organisert slik at Aktiv i Grorud har tilbud til aldersgruppen 5. trinn – 23 år, mens yngre barn ligger utenfor vårt ansvarsområde.

# Våre faste åpningstider

## MANDAG

15:00 – 21:00 Fyrhuset musikkverksted (10 - 20 år)

## TIRSDAG

15:00 – 21:00 Fyrhuset musikkverksted (10 - 20 år)

18:00 – 21:30 AMD klassekveld (5. - 10. trinn)

17:30 – 21:00 Kalbakkenklubben (5. - 7. trinn)

18:00 – 22:00 Raven Romsås (8. trinn - 18 år)

## ONSDAG

15:00 – 21:00 Fyrhuset musikkverksted (10 - 20 år)

17:30 – 21:00 Ammerudklubben (5. - 7. trinn)

18:00 – 21:30 KLB klassekveld (5. - 10. trinn)

17:30 – 21:00 Raven Romsås (5. - 7. trinn)

## TORS DAG

15:00 – 21:00 Fyrhuset musikkverksted (10 - 20 år)

18:00 – 21:30 RMS klassekveld (5. - 10. trinn)

18:00 – 22:30 Kalbakkenklubben (8. trinn - 18 år)

## FREDAG

15:00 – 21:00 Fyrhuset musikkverksted (10 - 20 år)

18:00 – 22:30 Ammerudklubben (8. trinn - 18 år)

18:00 – 22:30 Raven Romsås (8. trinn - 18 år)

## LØRDAG

18:30 – 22:00 Ammerudklubben (8. trinn - 18 år)

## SØNDAG

18:00 – 22:00 Søndagskaféén på Romsås (18+)

## KLASSEKVELD PÅ KLUBBEN

Skoleklasser som ønsker å finne på noe sammen i fritiden kan få klubben helt for seg selv! Finn ut mer på [www.aktivigrorud.no/klassekveld](http://www.aktivigrorud.no/klassekveld).

Klubbene har åpent hele året, unntatt i sommer- og juleferiene.

Vi holder bare stengt bare på helligdager.

Se våre nettsider for informasjon om det øvrige tilbudet.

**Aktivitets- og kulturenheten i Bydel Grorud**  
[www.aktivigrorud.no](http://www.aktivigrorud.no)

