



TURGUIDE

Hvordan finne Oslos bekker og elver
med bane, buss, trikk og tog



OSLO
ELVEFORUM

OSLO ELVEFORUM

Oslo Elveforum (OE) ble stiftet i år 2000 som et kompetanse- og kontaktforum for frivillige arbeidsgrupper og medlemsorganisasjoner for Oslos ti hovedvassdrag.

Vår oppgave er å bidra til vern, rehabilitering og gjenåpning av byens vassdrag i byggesonen. Vi arbeider for at byens vassdrag skal være friske og rene, åpne og tilgjengelige for befolkningen. Grøntområder må bevares og videreutvikles, og det må anlegges gode turstier langs alle vassdrag. Vannet skal være rent, og med fisk. Oslo Elveforum uttaler seg om alle bygge- og plansaker langs elver og bekker, og protesterer hvis det skal bygges innenfor 20- eller 12-meterssonen fra elvebredden. Vi arrangerer guidede elvevandring. Og vi bistår skoler som ønsker å adoptere en elvestrekning. Vi er en forkjemper for gjenåpning av lukkede elve- og bekkestrekninger. I et klimaperspektiv – med våtere og villere vær – er gjenåpning svært viktig.

Vår visjon: Levende vassdrag fra Marka til Fjorden.

www.osloelveforum.no

INNHOLD

VELKOMMEN	4
	LYSAKERELVA – Grenseelv med fossefall og juv _____ 6
	MÆRRADALSBEKKEN – Rikt biologisk mangfold _____ 8
	HOFFSELVEN – Fra dam til dam _____ 10
	FROGNERELVEN – Vannvei forbi gamle gårder, i skog og skulpturpark _____ 12
BEKKER/ ELVER	AKERSELVA – Industrielva som ble miljøpark, lakseelv og folkeeie _____ 14
	HOVINBEKKEN – Priselønnet bekk i by _____ 16
	ALNA – Alnatur! _____ 18
	ØSTENSJØVANNET – Naturreservat og miljøpark _____ 22
	LJANSELVA – Miljøpark, urskog og kulturminner _____ 24
	GJERSJØELVA – Historisk sus med oppgangssag og mølle _____ 26
	ELLINGSRUDELVA – Frisk nordrennende elv _____ 28
OSLO VIL GJENÅPNE ELVER OG BEKKER	29
KNUTEPUNKTKART JERNBANETORGET	31

TURGUIDE

– hvordan finne Oslos bekker og elver med bane, buss, trikk, og tog



Kjære ellevandrer!

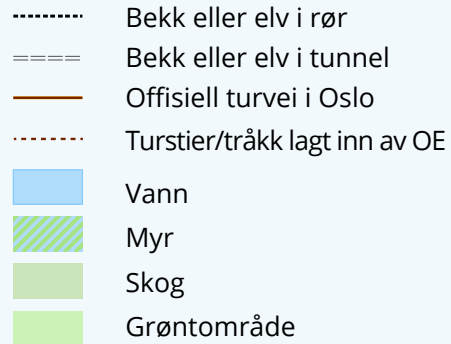
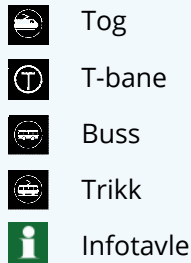
Velkommen til en spennende vandring langs Oslos ti elver og bekker og Østensjøvannet. Her vil du finne verdifulle naturområder med et rikt dyre-, fugle- og planteliv, flotte turstier, badeplasser og grøntområder, ofte tett på det urbane livet i hovedstaden.

Tips for en god tur:

- Bruk hodet og sansene – se, hør, lukt! Studer terrenget, og deretter kartet. Husk at vannet alltid renner der terrenget er lavest. Elva eller bekken kan ha lukkede partier, der vannet går under bakken. En

firedel av Oslos ti hovedvassdrag ligger dessverre fremdeles skjult, men kommunen har en ambisiøs plan for gjenåpning.

- I heftet følger vi bekkene og elvene oppstrøms, altså oppover i terrenget. Du ser det av nummereringen på kartene, nr. 1 er adkomst nederst i elven, nr. 2 lengre oppe. Vi valgte det slik fordi de fleste besøkende er best kjent i sentrum ved Oslofjorden. Ni av de ti vassdragene renner dessuten ut et sted i Oslofjorden. Du kan selvsagt velge å gå nedover elva eller bekken i stedet for oppover.
- Utgangspunktet er reise fra det sentrale trafikknutepunktet rundt Jernbanetorget i Oslo. Sjekk med

Tegnforklaring til kartene:

Ruter (www.ruter.no), last ned deres app, og/eller besøk deres infokiosk på Jernbanetorget for å se om bussen/trikken/toget går fra Oslo S, Tollboden, Oslo Bussentral eller Jernbanetorget. Se kart side 31.

- Vi foreslår at du reiser med kollektivtransport når du skal finne en av elvene eller bekkene. Er du lokalkjent, finnes det flere muligheter til å ta seg fram - og tilbake. Igjen: sjekk Ruter-appen!
- Det er ikke alltid vi foreslår at turen skal gå ved bekkeutløpet i fjorden. Noen utløp kan være vanskelige å finne, for eksempel der elva renner ut i fjorden i rør eller tunnel/kulvert. Utløpsstedene

i fjorden er likevel angitt, slik at du vet hvor de er.

- Det er ikke turveier overalt, med universell utforming. Der det er tursti, kan den dessverre være utilgjengelig for barnevogner, rullestoler og sykler.
- Du kan lese mer om Oslo Elveforum og elve- og bekkegruppene på www.osloelveforum.no. Du finner oss på facebook og twitter. Det vil være gøy om du deler bilder fra turen din på Instagram med #osloelveforum og med #elvens navn.

God tur!



LYSAKERELVA

Utløp: Lysaker ved Sollerudstranda

GRENSEELV MED FOSSEFALL OG JUV

En bred, flott og dramatisk elv danner grensen mellom Oslo og Bærum i vest. Her er det stedvis overraskende vill natur, der du får klatret opp og ned og brukt kroppen godt i de til dels svært bratte elveskråningene. Det er tursti/turvei på begge sider, som på Bærum-siden heter L-1 og

på Oslo-siden A1. Langs Lysakerelva finnes rester av sagbruk, møller og industribebyggelse. Det er rikt fugleliv langs elva, der det er registrert 102 ulike fuglearter. Ørret finnes i hele vassdraget, og nederst i elva gyter også fin sjørørret og stor laks. I denne elva er vannkvaliteten god.

ADKOMST:

1. Lysaker:

Tog fra Oslo S eller
Nationaltheatret
og buss nr. 31 (stoppested
Lysaker stasjon),
32 (stoppested Lysaker bru)

2. Lilleaker:

Buss nr. 32 og 23, trikk nr. 13

3. Bjørnsletta/Øraker:

T-bane nr. 3 og trikk nr. 13

4. Lysejordet: Buss nr. 32

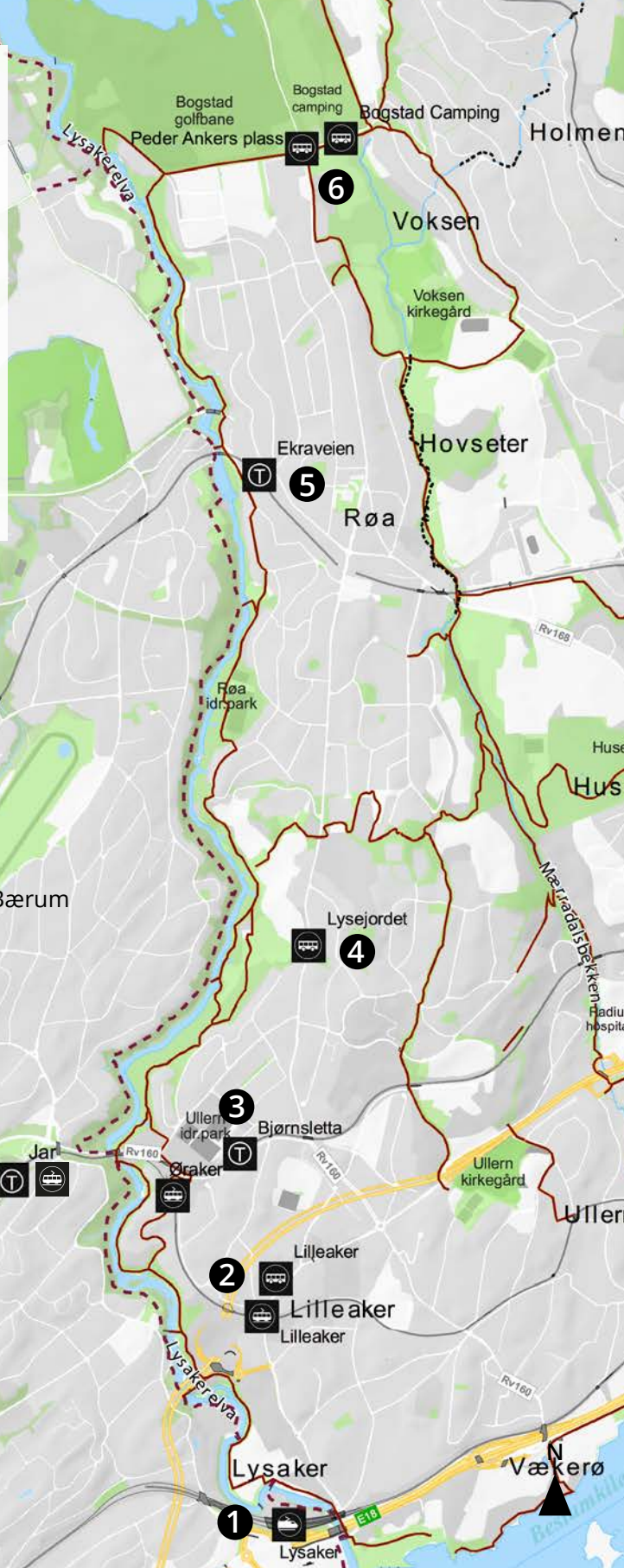
5. Ekraveien: T-bane nr. 2

6. Peder Ankers plass/Bogstad camping:

Buss nr. 32 (Bogstad camping) og
nr. 41 (Peder Ankers plass)



Målestokk 1:25000





MÆRRADALSBEKKEN

Utløp: Maritim/Bestumkilen

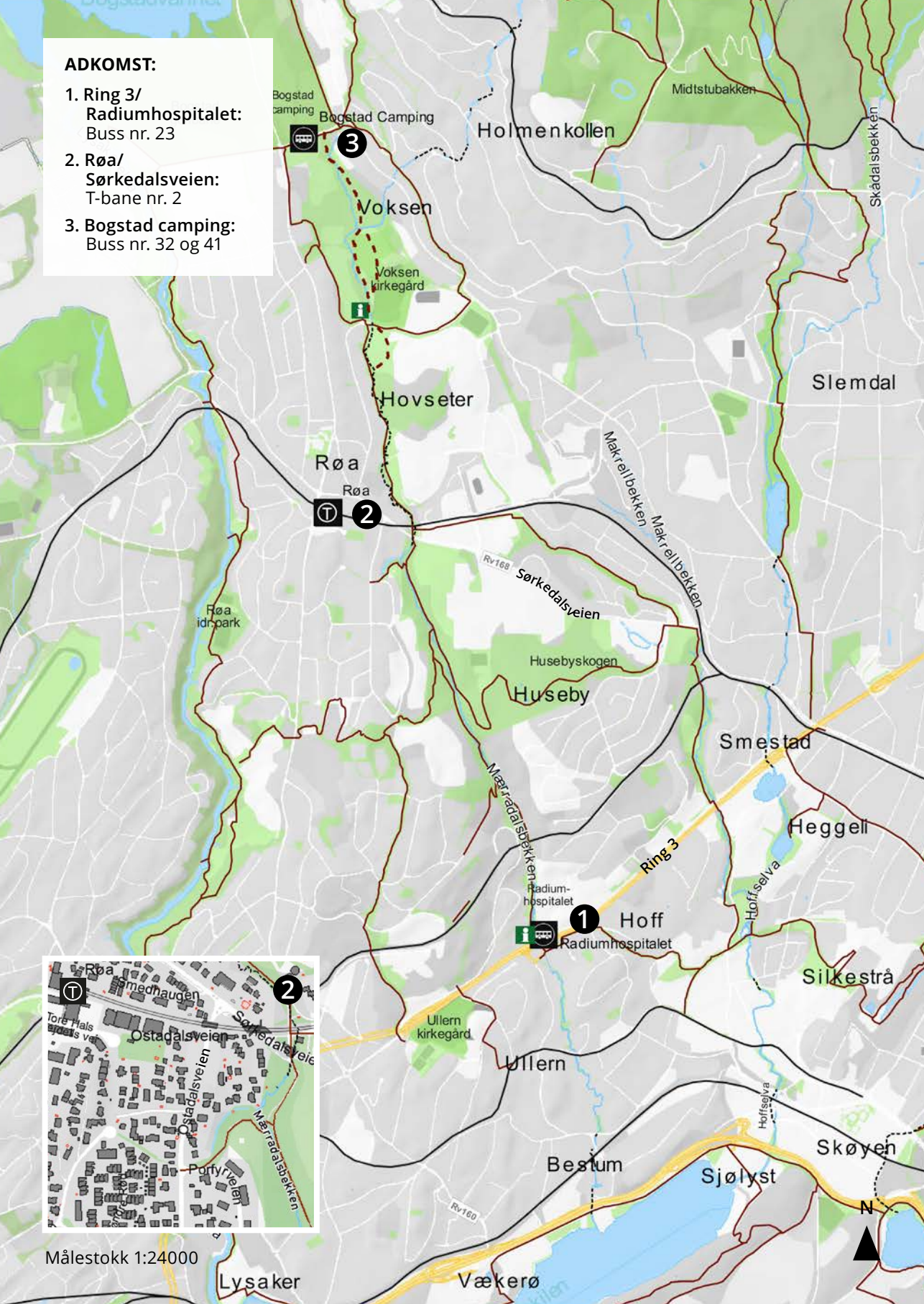
RIKT BIOLOGISK MANGFOLD

Det rare navnets opphav er usikkert, kanskje stammer det fra tidligere tiders hesteslepp (av mærrer) på gårdene, eller en forvanskning av 'Marias dal'. Selve Mærradalen, fra Ring 3/Radiumhospitalet til Sørkedalsveien, er lett å gå på fint anlagt tursti/vei. Berggrunnen og landskaps utforming gjør at det finnes en usedvanlig rik flora av både vanlige og uvanlige arter, som sopp og moser,

i Mærradalen. Dette er derfor også en dal for å observere mange ulike fuglearter. Det rike mangfoldet gjør at området ansees for å være av nasjonal verdi. Hovseterdalen mellom Sørkedalsveien og Bogstad camping er vid og åpen. I 2018 bestemte Oslo bystyre at bekken som har vært i rørsiden 1970-tallet, skal åpnes igjen. Fra Ring 3 til utløpet i Bestumkilen renner bekken i hovedsak gjennom private hager.

ADKOMST:

1. Ring 3/
Radiumhospitalet:
Buss nr. 23
2. Røa/
Sørkedalsveien:
T-bane nr. 2
3. Bogstad camping:
Buss nr. 32 og 41



Målestokk 1:24000



HOFFSELVEN

Utløp: Bestumkilen

FRA DAM TIL DAM

På de gamle gårdene Hoff, Smestad og Holmen, laget bøndene isdammer fra slutten av 1800-tallet. På våren bunnfrøs de grunne dammene, og man skar ut store isblokker. Isen avkjølte matskapet på kjøkkenet, i tiden før man fikk elektriske kjøleskap. Issalget ga gårdene en ekstrainntekt. Hoffsdammen er nå nesten gjen-grodd. Den var en såkalt gårdsdam, som ga ekstravann på gården til dyrene, og

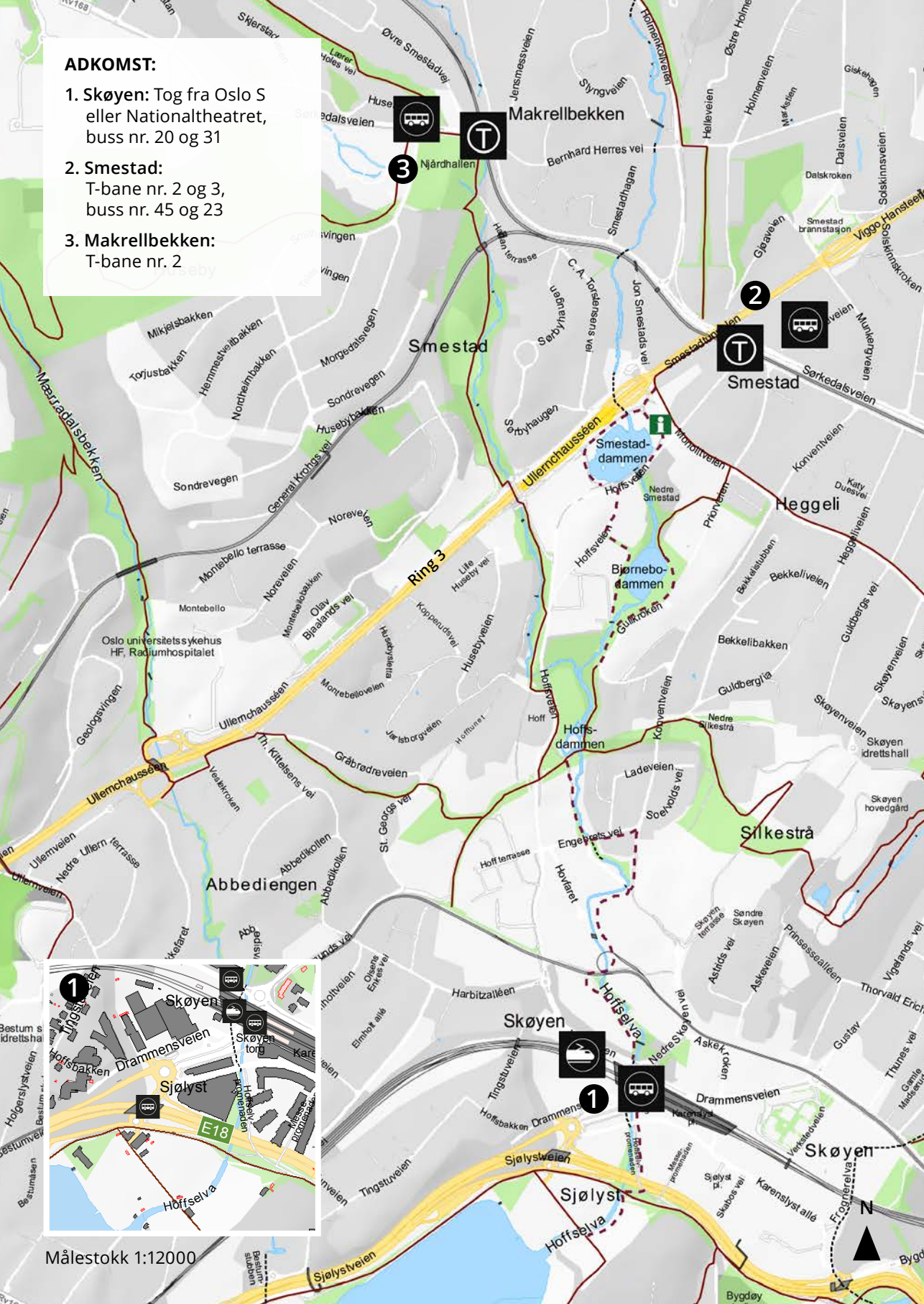
i tilfelle brann. Bjørnebodammen (Nedre Smestaddammen), Smestaddammen og Holmendammen er alle gamle isdammer. På veien oppover ved Hoff gård passerer du også den flotte Dronningfossen, som har et fall på 11 meter. Nedenfor fossen møtes de to hovedbekkene i vassdraget, Holmenbekken og Makrellbekken. Nei, det går ikke makrell her! Navnet er nok en forvrengning av 'markskillebekken'.

ADKOMST:

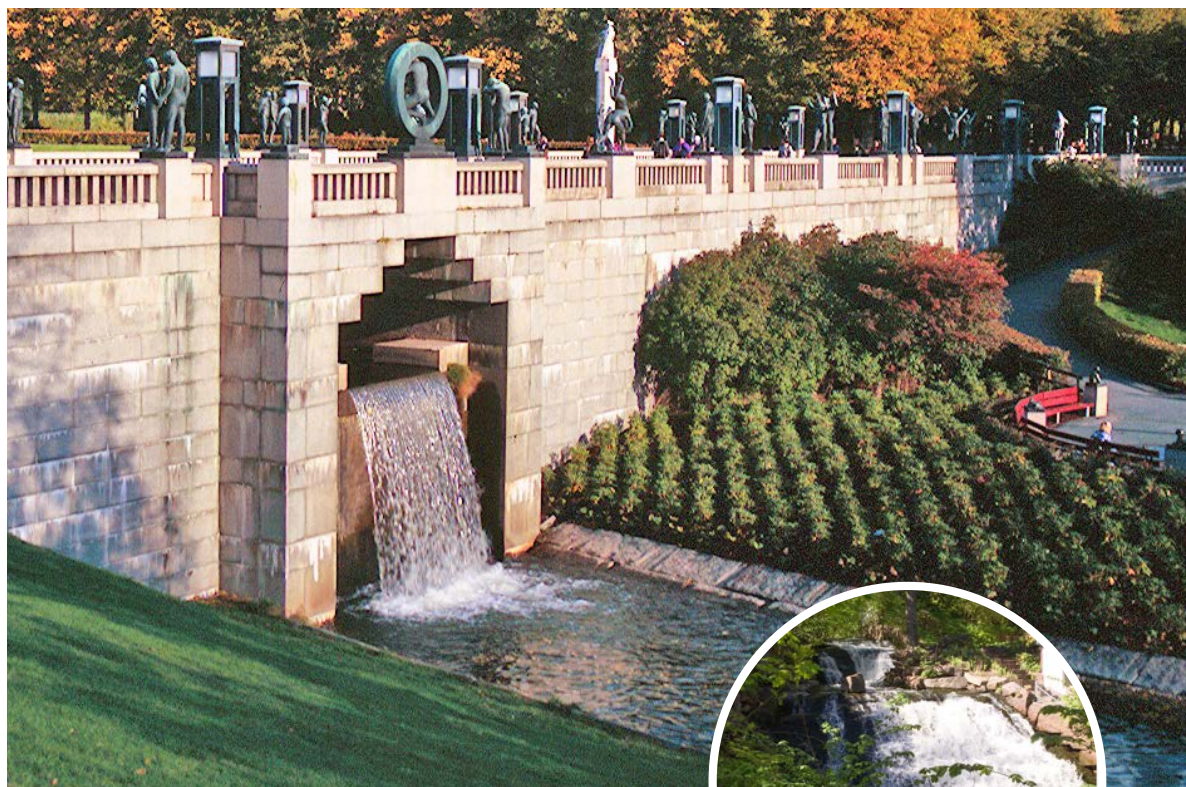
1. **Skøyen:** Tog fra Oslo S eller Nationaltheatret, buss nr. 20 og 31

2. **Smestad:**
T-bane nr. 2 og 3,
buss nr. 45 og 23

3. **Makrellbekken:**
T-bane nr. 2



Målestokk 1:12000



FROGNERELVEN

Utløp: Frognerkilen

VANNVEI FORBI GAMLE GÅRDER, I SKOG OG SKULPTURPARK

Denne elva har mye å by på, der den renner fra et av byens mest kjente utfartssteder, Sognsvann, til innerst i Frognerkilen på Skøyen. Går du oppover fra Thune, kan du bli overrasket over å se de store, gamle løvtrærne i flotte Frognerelvdalen, som glir over i parkanlegget som utgjør Vigelandsparken/Frognerparken. Ærverdige Frogner hovedgård huser Bymuseet. Skulpturparken er en av Norges mest

besøkte severdigheter. Sognsvannsbekken og Gaustadbekken renner sammen ved Frøen og kalles derfra Frognerelven. Starter du turen ved Forskningsparken på Blindern, er det fint å følge Gaustadbekken til Blindern T-bane. Sjekk med kartet, gå så Rasmus Winderens vei vestover, opp bakken. Nå passerer du Sognsvannsbekken. Følg den, inn blant trærne et lite stykke, og nyt den brede Vinderenfossen, midt mellom bolighusene.

ADKOMST:

1. Frognerelvdalen:

Trikk nr. 13, buss nr. 20 og 31 (stoppested Thune)

2. Majorstuen:

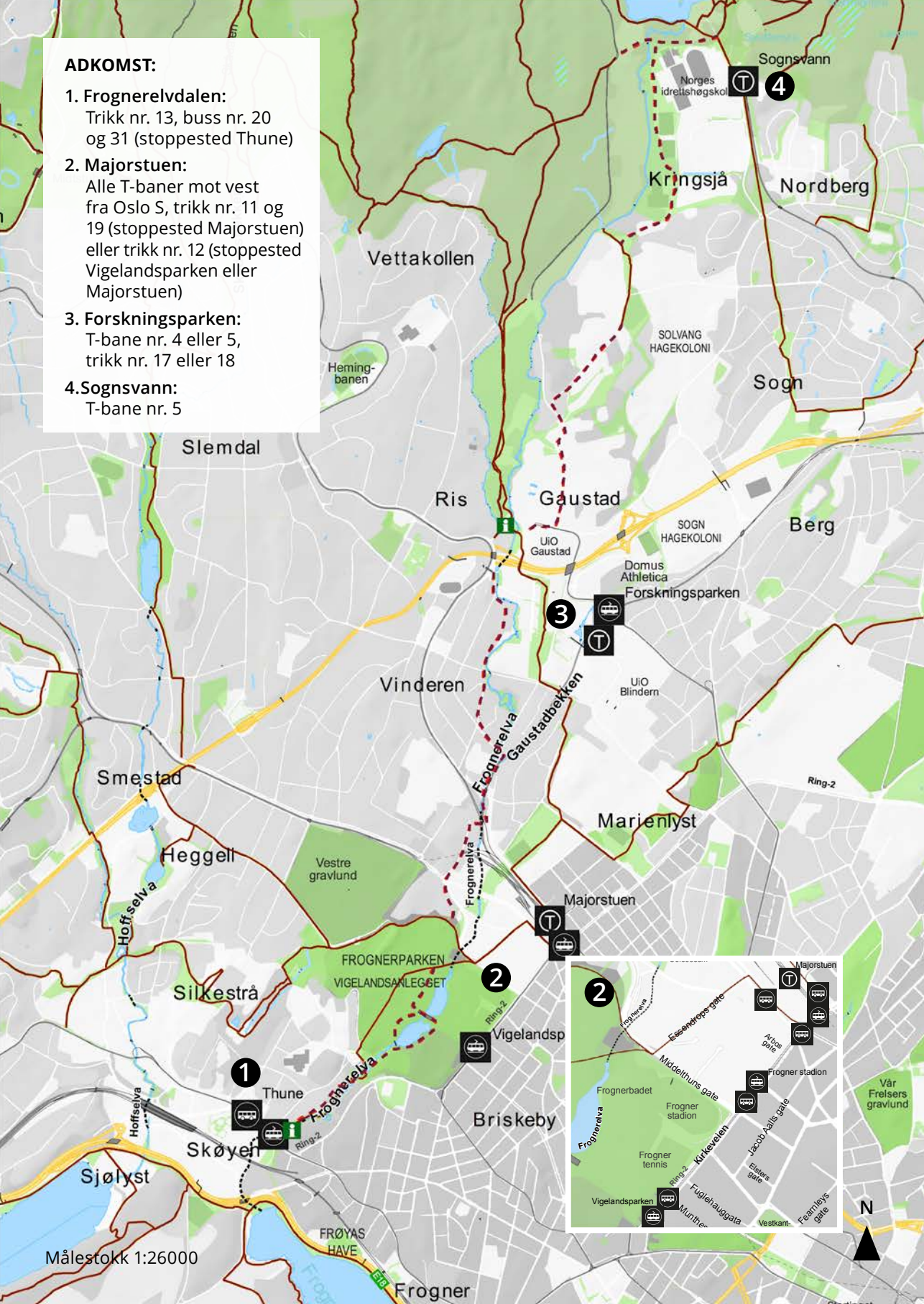
Alle T-baner mot vest fra Oslo S, trikk nr. 11 og 19 (stoppested Majorstuen) eller trikk nr. 12 (stoppested Vigelandsparken eller Majorstuen)

3. Forskningsparken:

T-bane nr. 4 eller 5, trikk nr. 17 eller 18

4. Sognsvann:

T-bane nr. 5





AKERSELVA

Utløp: Bjørvika

INDUSTRIELVA SOM BLE MILJØPARK, LAKSEELV OG FOLKEEIE

Dette er den Oslo-elva du garantert kjenner, eller har sett bilde av fra før! "Akerselva, du gamle og grå!" heter en kjent vise om byens viktigste elv. Nå er den ikke grå lenger, men har badevannskvalitet – øverst! Oslos egen befolkning er flittige brukere av turveiene, hele året. Langs elva kom det tidlig møller og sager, og det var her

industrialiseringen av Norge startet på 1840-tallet. I 1990 ble det vedtatt en kommunedelplan for Akerselva miljøpark. Dette har sikret miljø- og kulturhistoriske verdier langs elva og gjort det lettere å ta vare på industri- og arbeiderhistorien. Vakker idyll i dag, men hardt fysisk arbeid og mye slit i sin tid. Går du hele vassdraget, passerer du 11 fosser og over 50 bruer! Laksefisket i elva er viden kjent.

ADKOMST:

1. Grønland:

T-bane nr. 1, 2, 3, 4 eller 5

2. Telthusbakken:

Buss nr. 34 eller 54

3. Sagene/Arendalsgata:

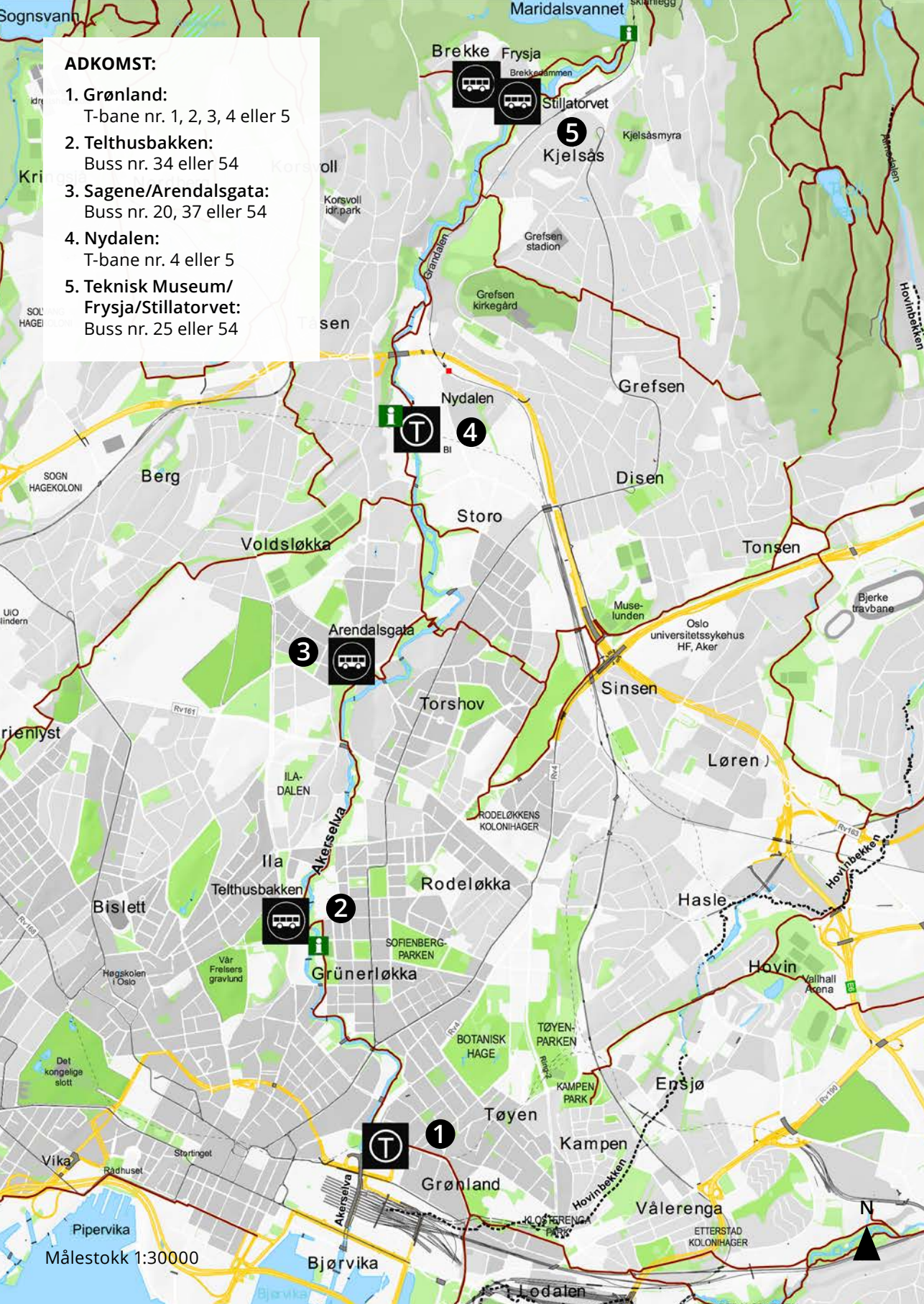
Buss nr. 20, 37 eller 54

4. Nydalen:

T-bane nr. 4 eller 5

5. Teknisk Museum/ Frysja/Stillatorvet:

Buss nr. 25 eller 54





HOVINBEKKEN

Utløp: Bjørvika / nederst i Akerselva

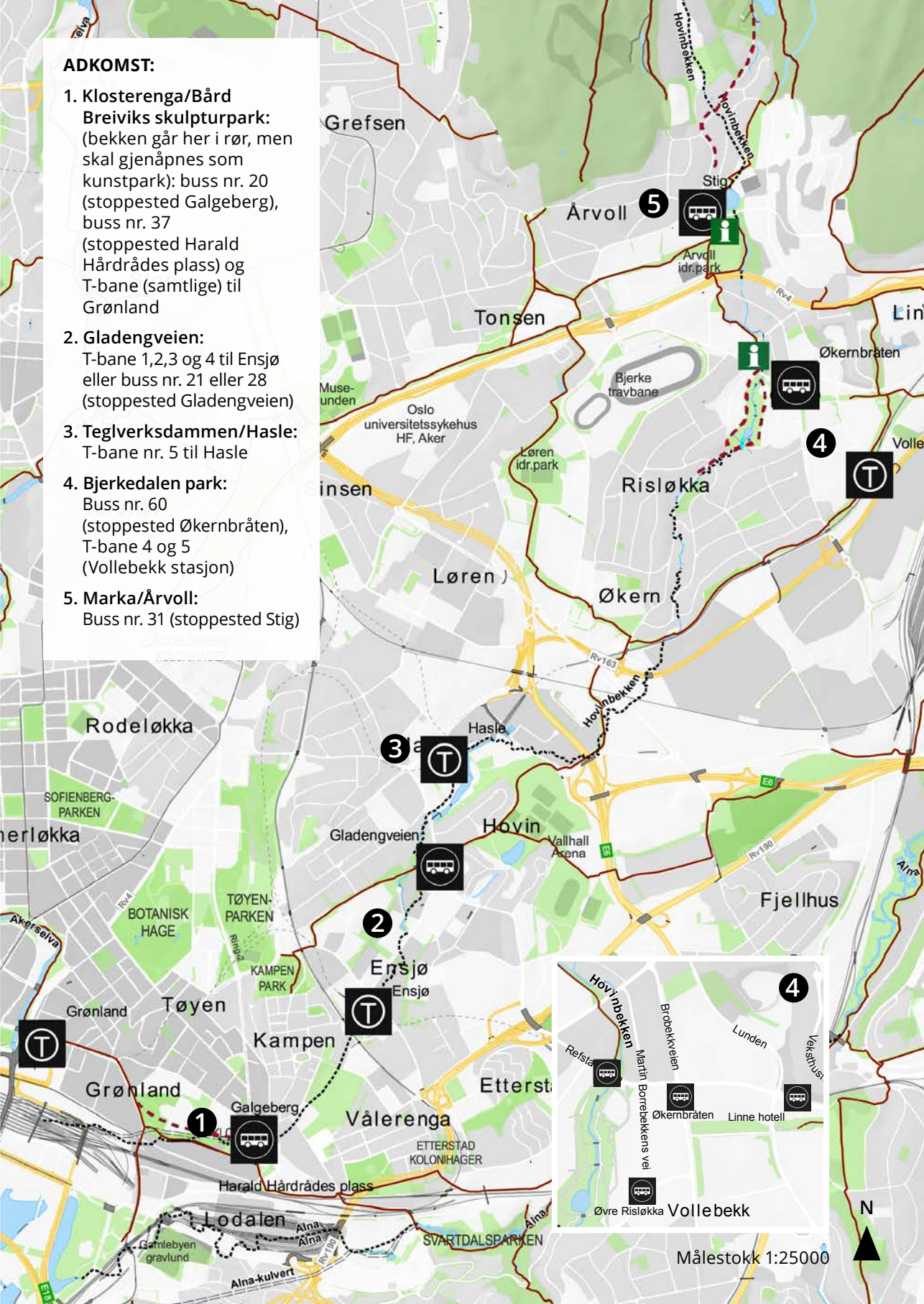
PRISBELØNNET BEKK I BY

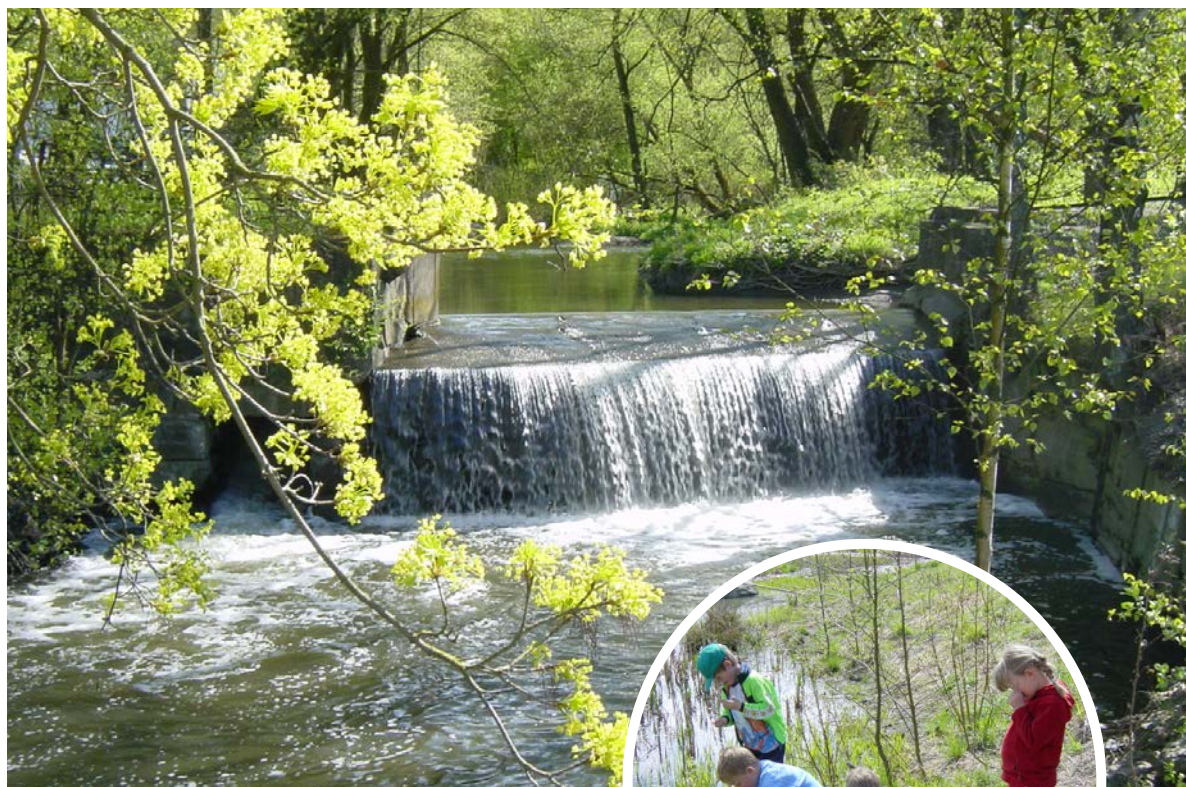
Denne bekken har stort fokus fra myndigheter og elveelskere, til tross for at mesteparten av den fremdeles ligger i rør. Oppmerksomheten skyldes at gjenåpningspotensialet er stort. Klosterenga, som er grøntdraget mellom Jordal/Galgeberg og Grønland, er det neste store gjenåpningsprosjektet til kommunen. Her skal vannet opp i dagen i Bård Breiviks skulpturpark, forbi Oslo fengsel, som mange voksne

kjenner gjennom filmen "Olsenbanden". Gjenåpningene ved Jordal Amfi og Ensjø torg er under bygging. Gå i Gladengveien og ved Teglverksdammen på Hasle, så ser du dristige gjenåpninger, i områder som til nå har vært industripreget og eksosfylte. Nyt anlegget i flotte Bjerkedalen park, som har fått pris og egen bok. Mot Stig går bekken åpen og gjennom tett løvskog i Bekkedalen. Bekken kommer fra Isdammen og Kapteinsputten i Lillomarka.

ADKOMST:

- 1. Klosterenga/Bård Breiviks skulpturpark:**
(bekken går her i rør, men skal gjenåpnes som kunstopark): buss nr. 20 (stoppested Galgeberg), buss nr. 37 (stoppested Harald Hårdrådes plass) og T-bane (samtlige) til Grønland
- 2. Gladengveien:**
T-bane 1,2,3 og 4 til Ensjø eller buss nr. 21 eller 28 (stoppested Gladengveien)
- 3. Teglverksdammen/Hasle:**
T-bane nr. 5 til Hasle
- 4. Bjerkedalen park:**
Buss nr. 60 (stoppested Økernbråten), T-bane 4 og 5 (Vollebekk stasjon)
- 5. Marka/Årvoll:**
Buss nr. 31 (stoppested Stig)





ALNA

Utløp: Kongshavn/Middelaldervannspeilet

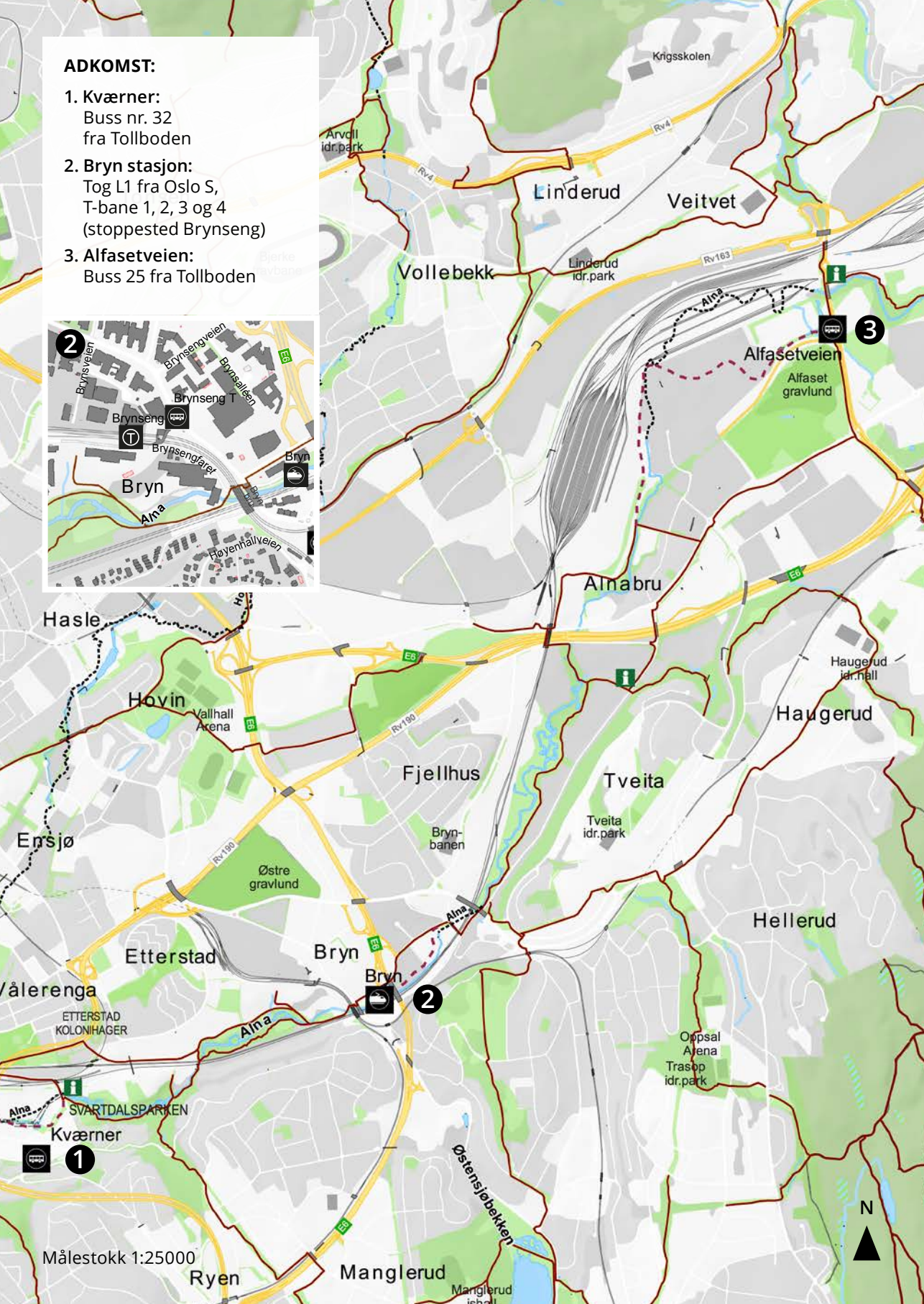
ALNATUR!

Byens lengste elv må ha to sider i heftet vårt! Den er nesten 15 km lang. Alna var historisk Oslos grense mot syd. I 2019 venter vi spent på at deler av Alna skal legges åpen ut i Middelaldervannspeilet og videre ut i Bispevika i Oslofjorden. Nyutbygde Kværnerdalen med stor befolknings-tetthet står i kontrast til den frodige urskogen i Svartdalen like ved.

Opplev Alna i den trange Ekeberg-forkastningen med hengebro ved grunnfjellet av gneis dannet for tusen millioner år siden! Gå langs Smalvollen og se hvordan en elv bukker og slanger seg gjennom landskapet og lager fruktbar våtmark. Oslo bys høyeste foss, Leirfossen syd for Grorud, har et fall på 14 meter. Det er vakkert anlagte turveier/stier flere steder, som i områdene på Grorud.

ADKOMST:

1. Kværner:
Buss nr. 32
fra Tollboden
2. Bryn stasjon:
Tog L1 fra Oslo S,
T-bane 1, 2, 3 og 4
(stoppested Brynseng)
3. Alfasetveien:
Buss 25 fra Tollboden





ADKOMST:

3. Alfasetveien:

Buss 25 fra Tollboden

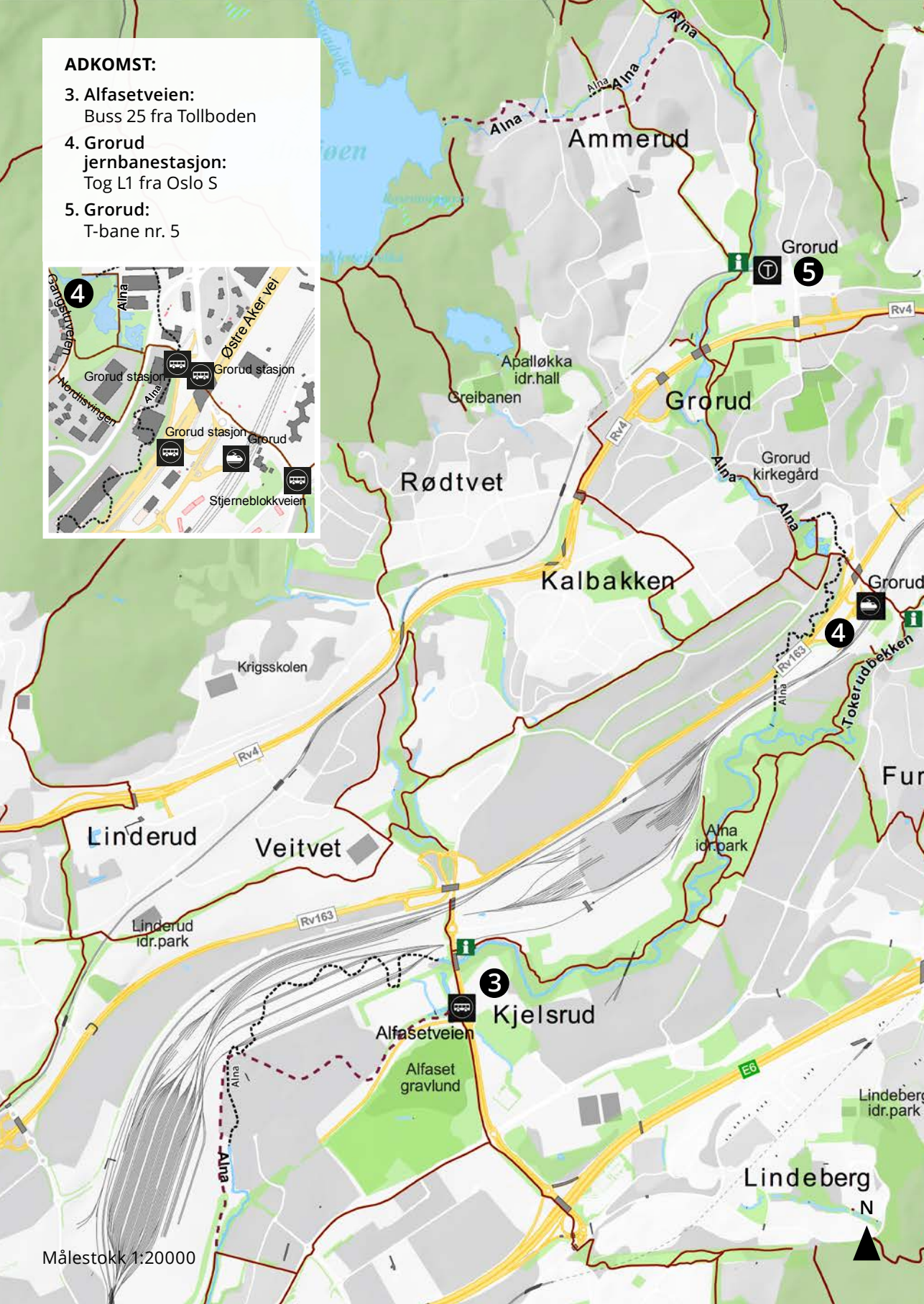
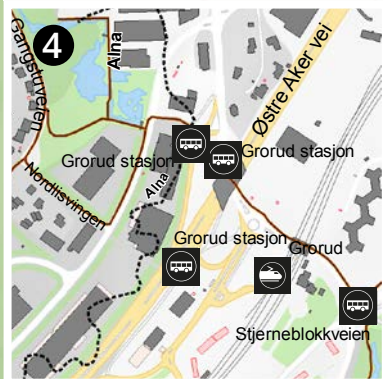
4. Grorud

jernbanestasjon:

Tog L1 fra Oslo S

5. Grorud:

T-bane nr. 5



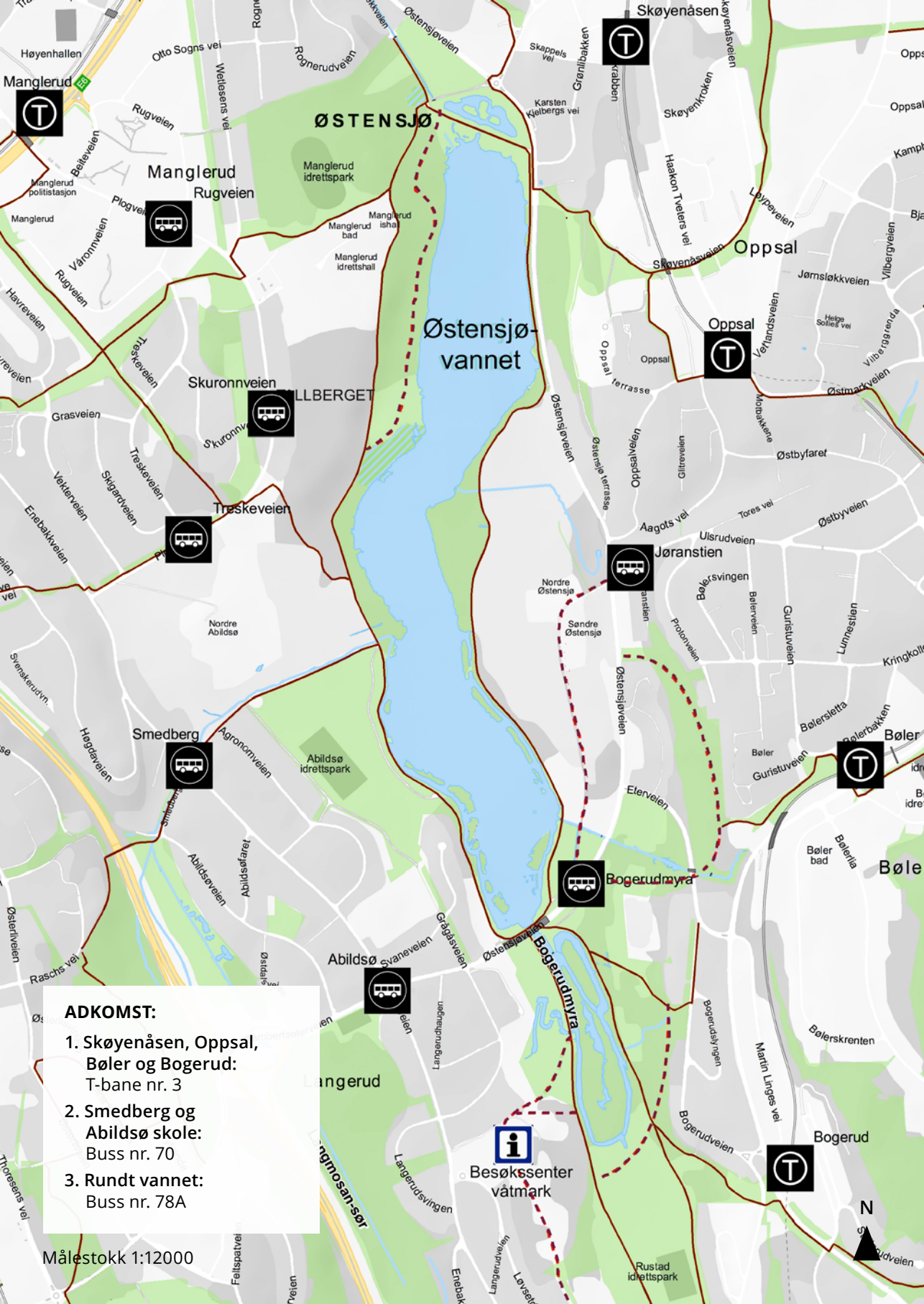


ØSTENSJØVANNET

NATURRESERVAT OG MILJØPARK

Østensjøvannet naturreservat og Østensjøområdet miljøpark er et vakkert område med usedvanlig rikt biologisk mangfold. Vannet ble vernet som naturreservat i 1992. Det er registrert hele 230 fuglearter her! På våren er det et yrende liv i og rundt vannet, med mengder av hekkende fugl. På vestsiden av sjøen finner du et fuglekikkerskjul. Østensjøvannets Venner har siden 1983 tatt vare på

og skjøttet området slik at det blir minst mulig slitasje på naturverdiene. Besøkssenter våtmark Oslo er et av Miljødirektoratets sertifiserte sentre til formidling av naturforståelse og naturglede særlig om våtmarkens verdi som naturtype. Mer enn 8500 elever fra skoler i Oslo fikk undervisning her i 2018. Det går en flott og lettgått tursti rundt hele vannet. Miljøparken er sentrumsnær med årlig rundt 250 000 besøkende.



ADKOMST:

1. Skøyenåsen, Oppsal, Bøler og Bogerud:
T-bane nr. 3
2. Smedberg og Abildsø skole:
Buss nr. 70
3. Rundt vannet:
Buss nr. 78A

Målestokk 1:12000



LJANSELVA

Utløp: Fiskevollbukta

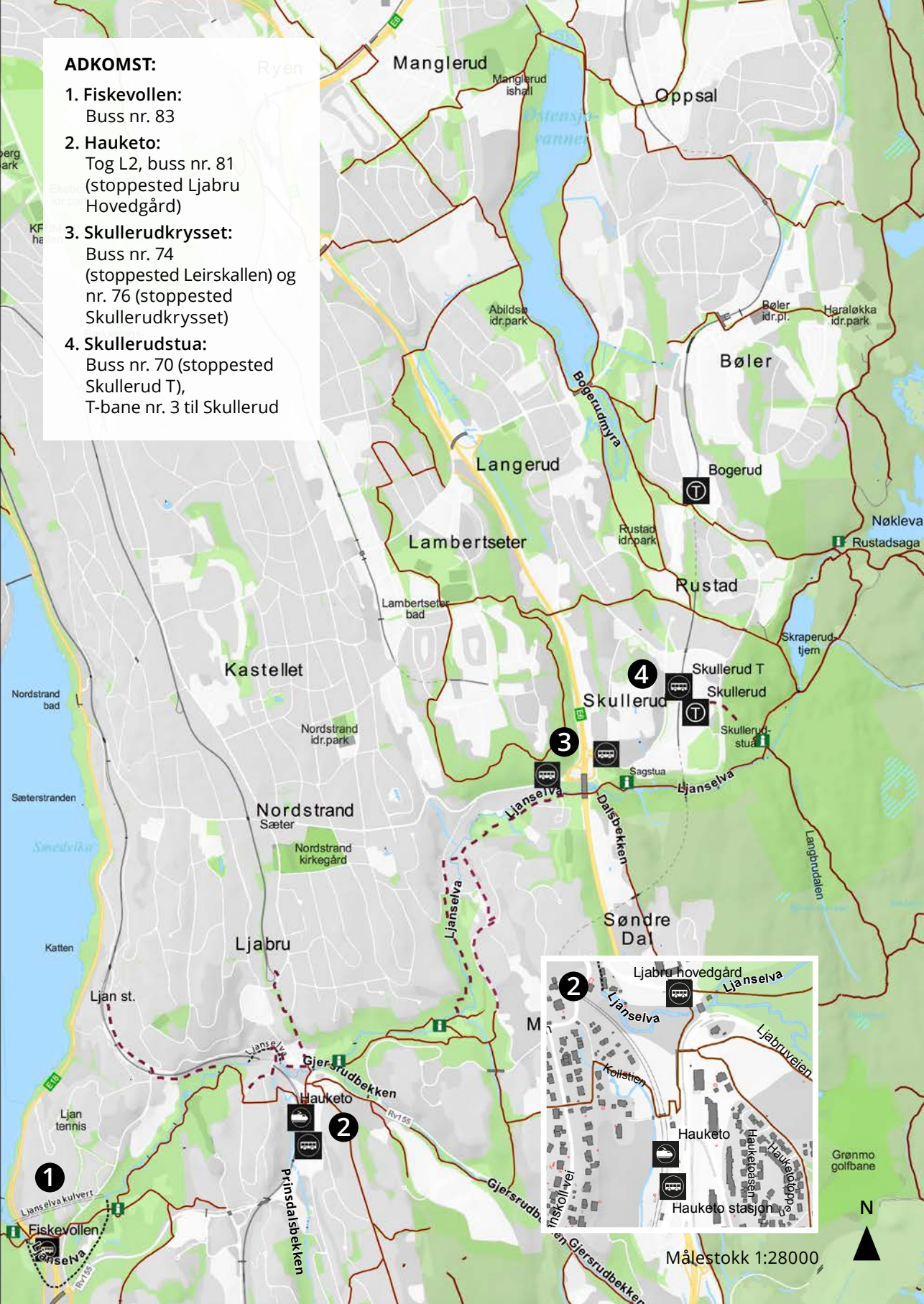
MILJØPARK, URSKOG OG KULTURMINNER

Å gå langs Ljanselva er å vandre gjennom en del av Oslos historie. Her har det vært sagbruk og møller. I Liadalen vil du finne kulturminner etter kruttverk, smier, husflidskole og en festplass som på fine sommerkvelder samlet hundrevis av mennesker. Ljanselva renner i tunnel under øvre Ljanskollen, som må forseres for å komme videre langs elva ved Hauketo/Ljabru

Hovedgård. Natur- og kulturhistoriske skilt finnes langs hele elva, som har et rikt biologisk mangfold. De forskjellige vegetasjonstypene i den stille "urskogen" er en viktig arena for læring om natur og miljøvern. I historisk perspektiv betyr det mye at 100 meter på hver side av elva er regulert naturvernområde/friområde – unntak trafikk-knutepunkt Hauketo. Gled deg her over steinhvelvbrua fra 1804 som trafikken suser over!

ADKOMST:

- 1. Fiskevollen:**
Buss nr. 83
- 2. Hauketo:**
Tog L2, buss nr. 81
(stoppested Ljabru
Hovedgård)
- 3. Skullerudkrysset:**
Buss nr. 74
(stoppested Leirskallen) og
nr. 76 (stoppested
Skullerudkrysset)
- 4. Skullerudstua:**
Buss nr. 70 (stoppested
Skullerud T),
T-bane nr. 3 til Skullerud





GJERSJØELVA

Utløp: Ljansbruket

HISTORISK SUS MED OPPGANGSSAG OG MØLLE

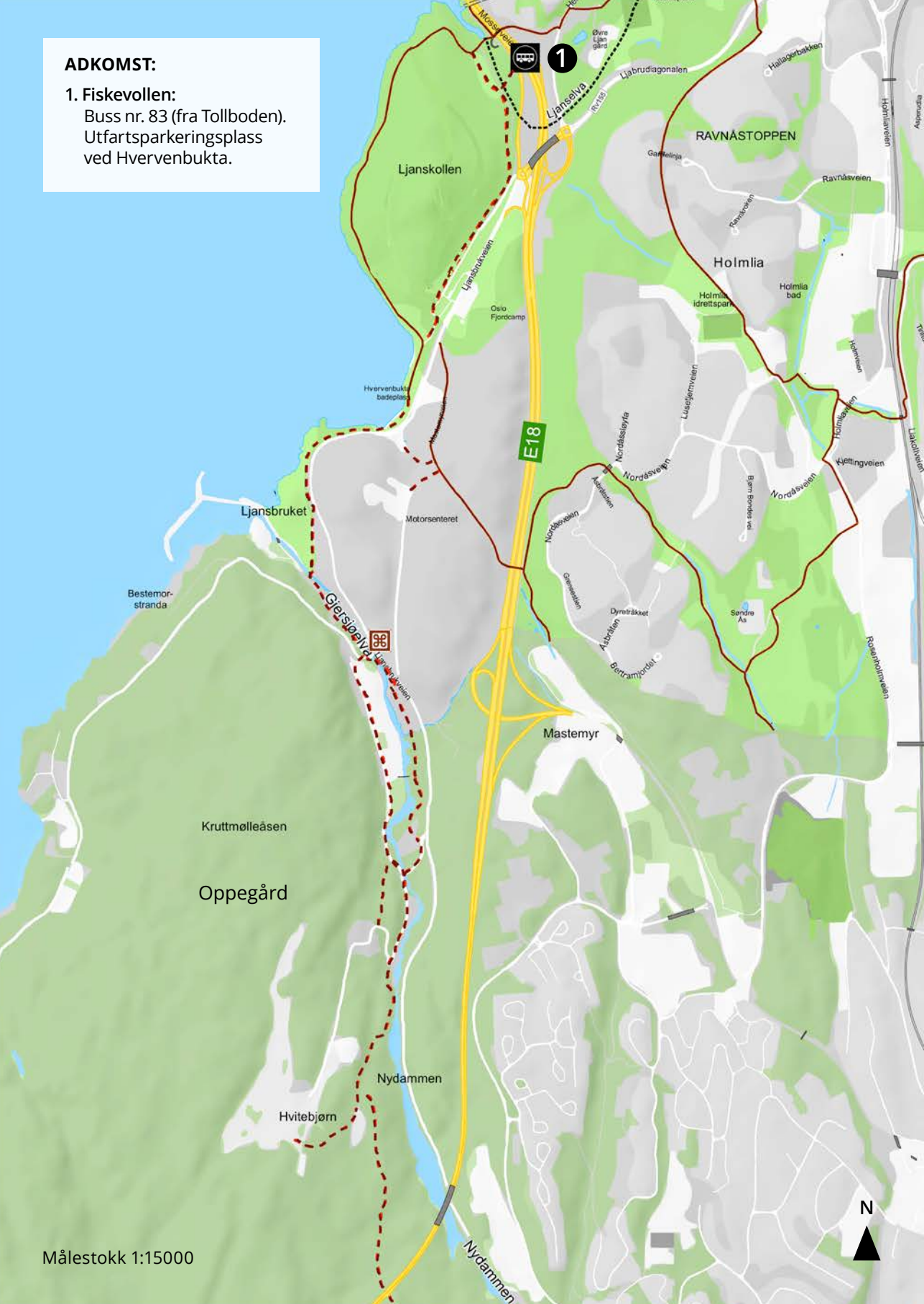
Ved grenseelva i syd mellom Opppegård og Oslo kan du glede deg over å se levende kulturminner. I det flotte og brede elveløpet i elvas nederste del finnes ruiner og en rekonstruert oppgangssag. Saga var en nyvinning i tømmerproduksjonen på 1500-tallet, fordi den kunne sage plank. Området var en gang en stor arbeidsplass for produksjon og ikke minst utskipping

av trelast. Entusiastiske frivillige står på for å gjenskepe arbeidslivet som var, og også bedre forholdet for fisk i elvas nedre del. I området ser du Langbygningen, en arbeiderbolig med såkalt russisk lafteteknikk. Ikke langt unna er noen av Oslofjordens fineste badestrender, og en snau kilometers gange fra elveoset ser du spor av den gamle plankeadelen på godset Stubljan, senere kalt Ljansbruket. Et flott område for rekreasjon.

ADKOMST:

1. Fiskevollen:

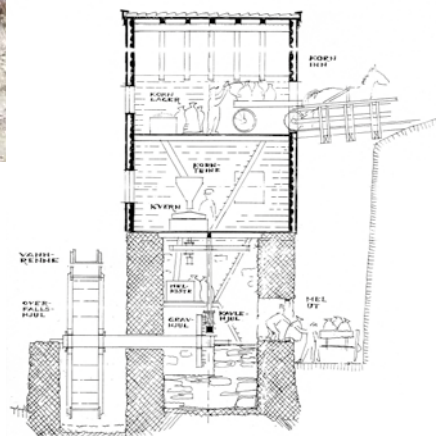
Buss nr. 83 (fra Tollboden).
Utfartsparkeringsplass
ved Hvervenbukta.





ELLINGSRUDELVA

Utløp: Glommavassdraget – Fredrikstad

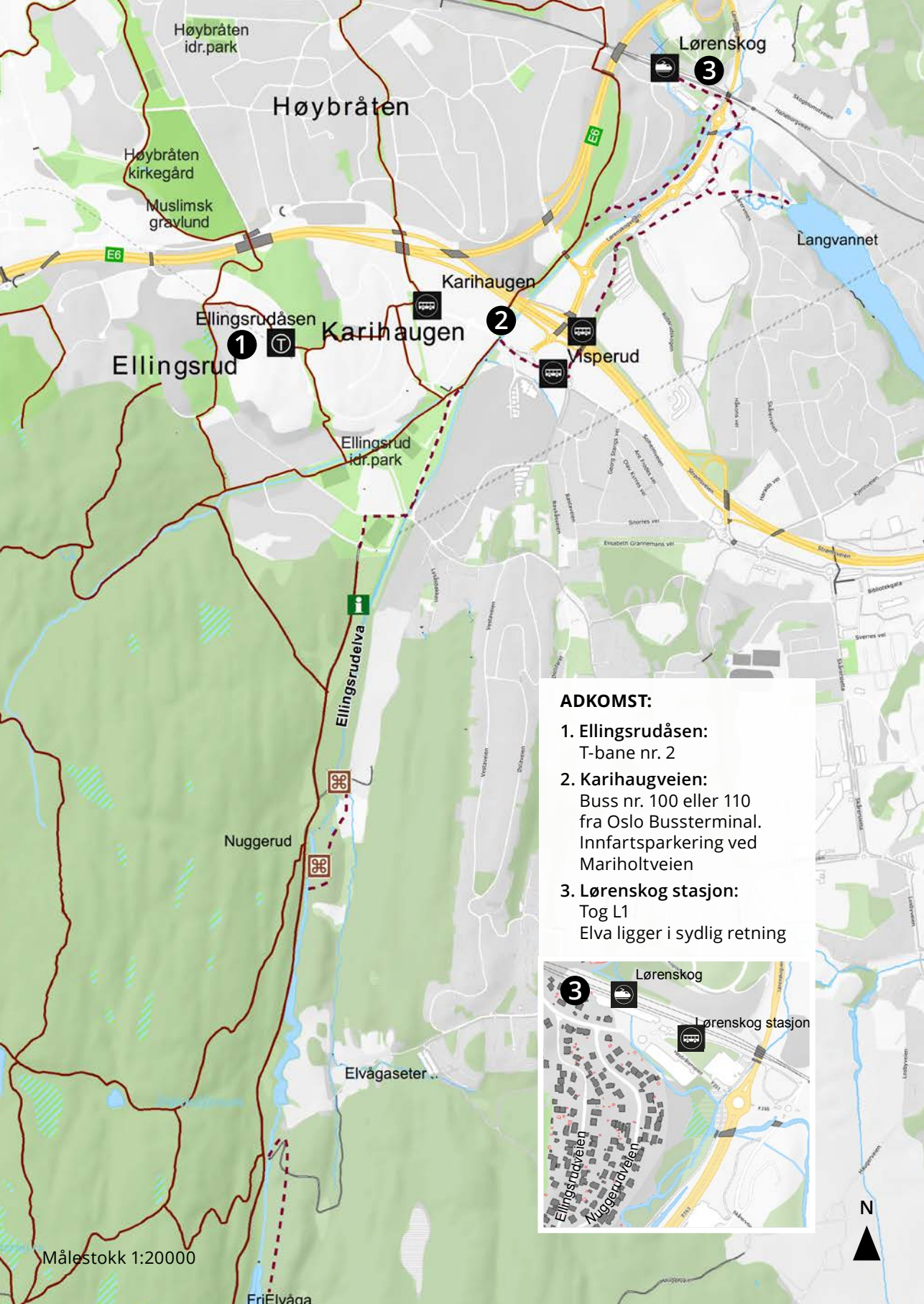


Rekonstruksjon av Ellingsrud mølle 1795
Bjørn Berge

FRISK NORDRENNENDE ELV

Der landskapet er lavest renner Ellingsrudelva nordover, og munner ut i Norges største elv, Glomma, ved Øyeren. Ellingsrudelva er grenseelv mellom Lørenskog og Oslo kommuner. Gå en liten km sørover, oppstrøms elva, på veien forbi den gamle husmannsplassen Nuggerud, og du ser skilt ned til en gammel mølleruin. Trå forsiktig! Denne mølla var kjempesvær, fem etasjer høy, og kornet

ble kjørt inn med hest på toppen av åsen og inn i mølla. Det nymalte melet ble så hentet ut fra møllas nederste etasje. Ruinen setter i sving fantasien om hva som en gang var her, av mølle, sagbruk og teglverk, og hvilket liv vannveien brakte med seg av hestetransport og folk. Vannet i Ellingsrudelva er av god kvalitet. I dag er elven regulert som en bekk og gleder turgåere på vei inn og ut til Mariholtet i Østmarka.



ADKOMST:

1. Ellingsrudåsen:
T-bane nr. 2
2. Karihaugveien:
Buss nr. 100 eller 110
fra Oslo Bussterminal.
Innfartsparkering ved
Mariholtveien
3. Lørenskog stasjon:
Tog L1
Elva ligger i sydlig retning

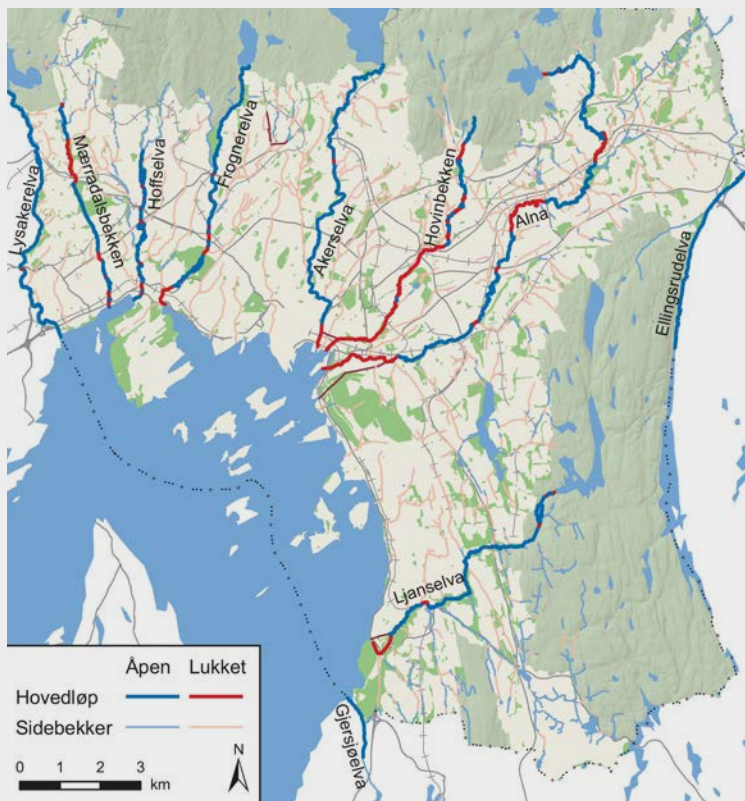


OSLO VIL GJENÅPNE ELVER OG BEKKER

“Der ligger et land mot den evige sne, i revnerne kun er der vårliv at se”, skrev dikteren Bjørnstjerne Bjørnson. Og revnene – det var elvene og bekkene. Det var der folk opprinnelig bosatte seg. Slik var det også i Oslo. Middelalderbyen ble lagt mellom Hovinbekken og Alnaelva.

Med industrialisering og økende folketall ble elver og bekker forurenset av industriavfall og kloakk. Vannet luktet og kunne være giftig. Mange elve- og bekkestrekninger ble derfor lagt i rør. Men de siste tiårene er holdningene endret. I dag spiller rennende vann en ny rolle i Oslo og andre byer. Elver og bekker har fått renere vann og har blitt gode rekreasjonsområder. Og i grøntområdene finnes et viktig og rikt fugle, dyre- og planteliv.

Oslo ble valgt som europeisk miljøhovedstad i 2019. En av årsakene er at Oslo har

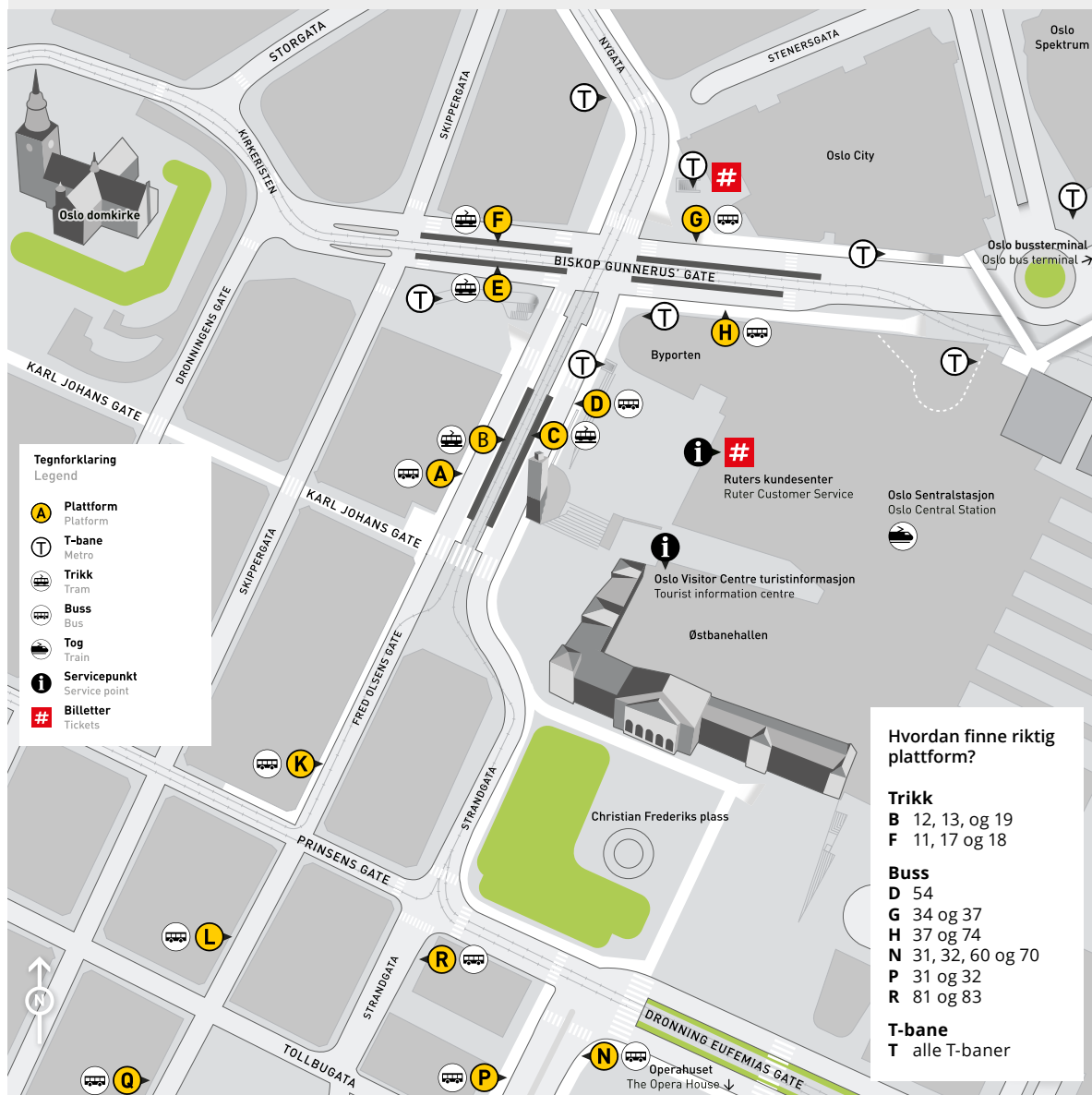


satset på gjenåpning av elver og bekker. Fortsatt er vel en firedel av de ti hovedvassdragene lukket, men Oslo har et ambisiøst gjenåpningsprogram. Og Oslo Elveforum er en pådriver. Kommuneplanen fastsetter at det ikke skal bygges nærmere enn 20 meter fra hovedelver og 12 meter fra sideelver.

Vi må ta vare på elveparkene!

Også i et klimaperspektiv er gjenåpning av elver og bekker viktig. Med våtere og villere vær kan elver og bekker ta unna enorme vannmengder, slik at skader på bygninger og infrastruktur minimaliseres.

Kart for kollektivknutepunktet Jernbanetorget



Mer informasjon og reiseplanlegger:
ruter.no eller appen RuterReise

Ruter#

Tekst:

Redaksjon: Trine Johnsen, Julie M. Løddesøl, John E. Tibballs
Redaksjon avsluttet mars 2019.

Kilder:

"Elvelangs, Ida Hvoslef m.fl 2004, "Blågrønn hovedstad, Jubel og gråt over Oslos elver og bekker", Oslo Elveforum 2010, "Bjerkedalen Park" Sidsel Andersen og Rainer Stange, 2018.
www.osloelveforum.no

Bilder:

Oslo Elveforum

Dette heftet er laget av Oslo Elveforum

Takk til Sparebankstiftelsen DNB for sjenerøs økonomisk støtte.
Takk også til Oslo kommune, Vann- og avløpsetaten, som har levert kartgrunnlaget. Stiene er tegnet inn av Oslo Elveforum.
En stor takk går til elvegruppene og alle de frivillige.

Turguiden er gratis. Vil du støtte Oslo Elveforums arbeid, vipps til 555362 Oslo Elveforum (på Kjøp og betal).

Oslo Elveforum er samarbeidspartner av
Oslo europeisk miljøhovedstad 2019.

