

Lawouker for de minste

FINSTAD: I tre uker framover skal barna fra 3 til 15 år i Finstad barnehage møtes på tvers av avdelingene til lek i skogen. Alle slår opp en lawo sammen på et fast sted på Rudslogen. Lawvoen vil fungere som base, og barnehagen vil gå på oppdagelsesferd, forske og leke i området rundt. Uke 37 blir for barn som er født i 2006, uke 38 for barn født i 2005 og uke 39 for barn som er født i 2004.



Håndballskolen starter

RASTA: Lørenskog Håndballklubb Håndballskole for jenter født i 2002, 2003 og 2004 har nå startet opp igjen. Jentene trener hver torsdag i gymsalen på Rasta skole fra klokka 17.30. Inntil videre blir det ett parti, men blir gruppen for stor blir den delt i løpet av høsten med en gruppe fra klokka 17.00 til 18.00 og en gruppe fra 18.00 til 19.00.



Flesket til med sykkel

LOSBY: Lørenskog Senterparti syntes at det var nok drops og søtsaker i valgkampen og flesket isteden til med å dele ut en flunkende ny offroad-sykkel til en den heldige velgeren Elin Grimstad (bildet) fra Finstadjordet. Bakgrunnen for det hele var en natursti som partiet hadde satt opp i forbindelse sin valgkampstand under Losbydagen. Med dette budskapet ønsket Senterpartiet velgerens fokus rettet mot folkehelse og mosjon i grønne omgivelser med sykkel som et symbol.



Rasta | Finstad



SKIKLUBB PÅ HJUL: Langrennsgruppa til Lørenskog Skiklubb arrangerer regionsamling med rulleski for skiløpere i alderen 13 til 16 år fra Romerike. Bildet er fra samlingen i fjor. FOTO: LØRENSKOG SKIKLUBB

Stor samling for skiklubben

Av Britt Hoffshagen
britt.hoffshagen@rb.no
63 80 48 41

RASTA: Langrennsgruppa til Lørenskog Skiklubb har nå i gang sesongen, og starter det hele med en stor regionsamling for skiløpere i alderen 13 til 16 år. De inviterer klubbene i Akershus skikrets på Romerike til barmarkssamling 12. og 13. september.

– Treningsopplegget vil base- res på løp og rulleski. Samlingen er gratis for deltakerne da

Akershus skikrets støtter arrangementet, skriver Lørenskog Skiklubb på sin hjemmeside.

Samlingen blir på skihytta i Lørenskog, og oppmøtet for første treningsøkt og registrering av deltakere skjer klokka 10.00 lørdag 12. september. Det planlegges to økter på lørdag, og en økt på søndag.

– Utøverne må ta med rulleski for skyting med staver og støvler, joggesko for løp i terreng og vanlig utendørs treningstøy, skriver klubben.

Dette er den første samlingen for denne aldersgruppen på Romerike i høst.

– En spesiell oppfordring om å delta går til jentene i regionen, da dette kan bidra til å knytte tettere treningsbånd mellom regionens relativt få jenteløpere, skriver klubben.

■ **Påmelding skjer til Marianne Høsflo** på mailadressen mh@svellnos.no. Fristen for å melde seg på er onsdag 9. september.

Sammen skaper de trivsel

270 elever fra samtlige av de sju barneskolene i kommunen var med på kurs for å skape trivsel og hindre mobbing i egen skolegård.

Av Marthe Dypvik Jensen
marthedj@rb.no
63 80 48 20

FINSTAD

Det nye trivselsprosjektet til Lørenskog kommune ble satt i gang på mandag, og er en av landets største fellessatsinger for økt trivsel på skolen.

Det hele begynte på Finstad skole i november i fjor, da en Olweus-undersøkelse viste at flere barneskoleelever i Lørenskog ble mobbet sammenliknet med år 2003. Og dårligst ut kom Finstad skole. Kjetil Hasselberg fra komikerduoen «Kjetil og Kjartan» på TV2 var da studieinspektør på skolen.

– Målet med prosjektet er å øke aktiviteten i friminuttene og gi større trygghet for de 3.100 barneskoleelevene i Lørenskog, sier Kjetil Hasselberg til RB Lørenskog.

På trivselskurs

Samtlige av de sju barneskolene i kommunen satte mandag i gang med trivselsprosjektet. Fire trivselsledere fra hver av skolene var i forkant med på kurs i Fjellhamarhallen.

– Vi har blitt trivselsledere fordi klassen stemte på oss. Vi skal passe på at alle har det bra, at ingen er alene eller blir mobbet, forteller Helle Haglund i 6b på Fjellhamar skole.

På kursdagen lærte trivselsledere fra 6. og 7. klasse på Fjellhamar skole bort leker og aktiviteter som de andre trivselslederne kan lære bort i sine skolegårder.

Gøy i friminuttene

Line Osmo Hofset og Nacho Tobar passer på at alt går riktig for seg under leken «Kjedgekrangel».

– Så langt har det gått veldig bra, utenom et par små uhell, sier Nacho. Både han og Line tar oppgaven som trivselsleder alvorlig, og synes prosjektet er et bra tiltak for å redusere mobbing på skolen.

– Det er veldig hyggelig å bli valgt, det betyr jo at de andre i klassen synes vi er snille. Det er fint at Kjetil og Kjartan fant på å ha et trivselsprosjekt slik at vi kan samles og ha det gøy i friminuttene, sier Line.

Positive resultater

Prosjektet er ikke ment å være et antimobbeprogram, men et trivselsprosjekt som skal supplere det programmet skolene allerede har mot mobbing. Et



SAMMENSVEISET: Elever fra Fjellhamar skole lærer bort morsomme aktiviteter man kan gjøre sammen i friminuttene. Foran f.v. Jacob Rønning Hellberg i 7d, Philip Haglund i 6c og Jacob Rangnes i 7d. I midten Stine Alice Viberg i 6c og Aurora Branting Møller i 7a. Bak f.v. Kasper Thorsen i 7c, Aslak Dahle i 7b, Trym Antonsen Nygård i 7c og Alpha-Martin Jalloh i 7b.



BALLSPILL: Nacho Tobar og Line Osmo Hofset leder ballspillet «Kjedgekrangel».



LÆRER BORT: Helle Haglund i 6b og Joakim Saksebøl i 6a på Fjellhamar skole instruerer de andre trivselslederne i aktiviteten «Sjøs-lag» med stor innlevelse.

antimobbeprogram kurser primært de ansatte på en skole, mens trivselskurset skal kurse elevene i økt trivsel.

– Det er barna selv som har styrt det hele og det har gått

strålende. Jeg tror elevene har kost seg i dag, sier inspektør på Fjellhamar skole Geir Leirtrø, som har stor tro på at trivselsprosjektet vil gi positive resultater.

– Vi har tro på dette og gleder oss til å komme skikkelig i gang.

Trivselsleder

Prosjektet «Trivselsleder» er et samarbeid mellom de sju barneskolene i Lørenskog, Kjetil Hasselberg og Kjartan Eide, bedre kjent som Kjetil & Kjartan på TV2. Prosjektet har som mål å øke trivselen og tryggheten i friminuttene til de 3.100 barneskolebarna i kommunen. Elevene skal selv arrangere lek og aktivitet, og en voksen har det administrative ansvaret.

Dette er ikke et antimobbeprogram, men er ment som et supplement til det arbeidet skolene allerede gjør mot mobbing. **Hver skole velger** to gutter og to jenter fra hver klasse fra 4. til 7. trinn til trivselsledere. Etter 12 uker blir fire nye elever valgt i hver klasse.

Totalt vil det være 270 elever som er trivselsledere på skolene, disse var sammen på kurs forrige uke.

Elever som mobber eller som nylig har mobbet, får ikke lov til å være trivselsledere. Det blir derfor holdt et nominasjonsvalg, og skolen og lærere bestemmer hvem som blir trivselsledere.

Hver skole har en innkjøpspott til leker og annet utstyr. I tillegg har kommunen satt av penger til å finansiere det som er felles for skolene.

Hver trivselsleder får et vipkort som gir gratis adgang til Fjellhamar Håndball, Lørenskog Ishall, LSK Fotball og Kjenn Folkebad i følge med en betalende voksen. De får også halv pris på Gigagøy, en kursdag og en felles kinodag for alle trivselsledere.

Kjetil Hasselberg og Kjartan Eide fronter også regjeringens kampanje mot mobbing i skolen, og reiser rundt på skoler i hele landet med sitt antimobbeshow.

UNGDOMSREMSEA

Aktivitetshuset Volt

Alder: 13-18 (25) år.
Denne uka: Onsdag er det filmklubb kl. 19.00. Kom og se kvalitetsfilm på storskjerm.
Tilbud: Åpen kafé mandag – torsdag kl. 15.30-21.30. Vi tilbyr kurs innen musikk, teater, film- og video, kunst med mer. Er det et tilbud du ønsker deg, så ta kontakt og vi skal se hva vi kan gjøre. Ellers har vi internett-tilgang, biljard, bordtennis, brettspill, Xbox360 m.m.

Sørlihavna ungdoms- og motorsenter

Alder: 13 – 18 år.
Denne uka: Det er Trial mandag og torsdag kl.18-22.
Tilbud: Her gis det tilbud om «spenningsaktiviteter» til barn og ungdom. mopedopplæring, skateboard-drampe, sandvolleyball, RC-bilbane, streetbasket, minigolf, asfalthockey, verksted med mulighet til å reparere eget kjøretøy, kiosk. Senterets anlegg kan også brukes utenom åpningstid.

Kurland fritidsklubb

Alder: 10-18 år.
Denne uka: Mandag og onsdag kl.18-21 er det juniorklubb, og tirsdag og fredag kl.18-22 (22.30) er det ungdomsklubb.
Tilbud: Her finner du blant annet: Biljard, bordtennis, fotballspill, airhockey, fotball, volleyball, TV, kiosk, turer, matkvelder, musikk, disco, sofakrok og PlayStation på storskjerm.

Rasta fritidsklubb

Alder: 10-18 år.
Denne uka: Torsdag blir det slåball i juniorklubben. Tirsdag og torsdag kl.18-21 er det juniorklubb.
Tilbud: Biljard, bordtennis, airhockey, PS2, tv, dvd m.m.
Obs! Ungdomstilbudet ved Rasta og Fjellhamar fritidsklubber samordnes nå i klubblokale på Fjellsrud skole hver tirsdag kl. 19-22 og fredag kl. 19-23. Tirsdager for 8.-10. kl. og på fredager for 8.kl. til 18 år.

Fjellhamar fritidsklubb

Alder: 10-18 år.
Denne uka: Torsdag blir det tegnekveld i juniorklubben og fredag blir det matkveld i ungdomsklubben. Mandag og torsdag kl.18-21 er det juniorklubb, tirsdag og fredag kl.19-22 (23) er det ungdomsklubb.
Tilbud: Biljard, bordtennis, airhockey, PS2 med mange spill, internett, tv og dvd. Det er også en hyggelig kafé.
Obs! Ungdomstilbudet ved Rasta og Fjellhamar fritidsklubber samordnes nå i klubblokale på Fjellsrud skole tirsdag kl. 19-22 fredag kl. 19-23. Tirsdager for 8.-10. kl. og på fredager for 8.kl. til 18 år.

Åsen fritidsklubb

Alder: 6-13 år
Denne uka: Mandag 14. er det quiz med premier. Tirsdag 15. blir det piknik i skogen fra 17.30. Mandag kl.18-21 er det juniorklubb og tirsdag kl.17.30-19.30 er det miniklubb.
Tilbud: Biljard, bordtennis, tv-spill, fotballspill, diskotek, hobbyaktiviteter og morsomme turer og utflukter m.m.

Les mer om aktivitetene og åpningstider på: www.lorenskog-kultur.no/fritid



HEDRET I BEIJING: Professor Arne Aarås fra Finstad ble tildelt en internasjonal hederspris for sitt forskningsarbeid. Han fikk prisen på en kongress i Beijing. FOTO: NEWSWIRE

Hedret for synsforskning

Av Britt Hoffshagen
britt.hoffshagen@rb.no
63 80 48 41

FINSTAD: Professor og bedriftsoverlege Arne Aarås fra Finstad ble nylig tildelt en internasjonal hederspris for sitt forskningsarbeid innen ergonomi. Finstad-mannen fikk prisen under World Congress on Ergonomics i Beijing i Kina.

– Norge har forskere i verdensklasse på ergonomi og

synsergonomi. Sammen med professor Gunnar Horgen ved avdeling for optometri og synsvitenskap har Arne Aarås en unik fagkompetanse på området, sier generalsekretær Tone Garaas i Norges Optikerforbund.

Forskningen innen synsergonomi har lagt vekt på lysforhold og sittestilling som det viktigste for å unngå synsplager på kontorarbeidsplasser.

Synsforskeren fra Lørenskog har forsket og publisert

en rekke artikler innenfor ergonomi gjennom mange år, og har vært en aktiv bidragsyter på internasjonale konferanser. Det var for dette arbeidet han ble tildelt æresutmerkelsen på kongressen i Beijing.

Arne Aarås har vært tilknyttet avdeling for optometri og synsvitenskap ved Høgskolen i Buskerud i mange år, siden 2002 som professor. Samtidig har han jobbet som bedriftsoverlege.