

AvisN

Avis for Oslo Voksenopplæring Nydalen desember 2017

Vi ønsker deg en god advent- og juletid!



**Brev fra leserne;
Bildene mine**



side 3

**Supertriks for sprø
svor**



side 12

En kinky jul



side 15

Desember måned

nov. desember jan.						
Ma	Ti	On	To	Fr	Lø	Sø
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31
2017						

Desember er den tolvte og siste måneden i året i den gregorianske og julienske kalenderen.

Desember er årets syvende og siste måned som har 31 dager.

Månedens navn kommer av det latinske decem som betyr ti.

Desember er den tiende måneden i den gamle romerske kalenderen. I den romerske kalenderen var mars den første måneden og desember den siste. Januar og februar ble senere tilføyd.

Den julienske kalenderen er en forbedring av den romerske kalenderen. Navnet desember er altså bare en nummerering. I den norske og den danske almanakk kalles desember for kristmåned, i den svenske for julmånad.

Høytider i desember

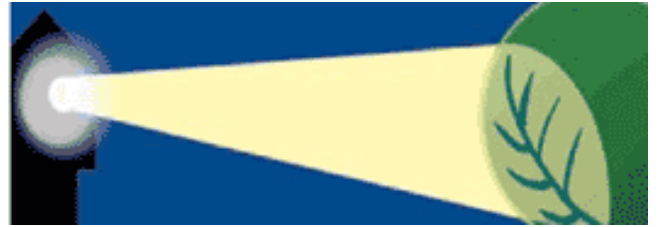
I desember feirer man vanligvis jul, hvor tida fram til den 24. er adventstid, 24. selve julaften, 25. og 26. første juledag og andre juledag, samt at tida mellom 24. og 31., nyttårsaften, kalles romjul.

På overgangen mellom 31. desember og 1. januar er det veldig vanlig med nyttårsfeiring, hvor raketter har en lang tradisjon i store deler av verden.



Elisabeth B L

Månedens miljøløp



Ikke tøm fett i vasken.
Fett skal i matavfallet.

Rektor har ordet

DesemberAvisN er her, og tradisjonen tro blir det mye hygge, lys og varme brakt inn i undervisningen. Et hyggelig arrangement for alle de som lærer norsk på huset er initiert av Norsk-Teamet, og handler om norske juletradisjoner. Da vil det bli servert grøt med mandel, pepperkaker og gløgg, det blir julesang, julefortelling og julequiz. Si fra til norsklæreren din om du er interessert. Tidspunktet er onsdag 6.des kl 12.00 i biblioteket.

F.o.m tirsdag 12.des. t.o.m tirsdag 19.des er det fellessamlinger med underholdningsinnslag, pepperkaker og gløgg til alle i kantina. Innslagene starter kl 12.00 hver dag. De som ønsker å invitere venner eller familie kan gjøre det på de dagene de selv opptre.

En gladnyhet er at vår flinke og blide redaktør av AvisN, Heidi, fyller 60 år fredag 1.des. Hun blir sikkert glad for mange bursdagsklemmer og hilsener den dagen!

Vi ønsker alle deltakere og ansatte en fin desember og en riktig god jul!

Siste skoledag er torsdag 21. desember. Første skoledag etter ferien er onsdag 3. januar.

Vigdis Bratfoss, rektor

Juleavslutninger i kantina

Tirsdag 12: Musikkverkstedet, m fl

Onsdag 13. : Grethe Laila m.fl

Torsdag 14.:

Fredag 15.:

Mandag 17.:

Tirsdag 18.: Moonshine, Bora mfl

**SE OPPSLAG
FOR ENDELIG
PROGRAM**

Blind trommeslager

En kjølig septemberkveld for et år siden spilte jeg i band sammen med Knut Reiersrud, Knut Røthe (min far) og flere.

Konserten fant sted i hagen til far og Lena Ronge. Hagen er midt i Smestadkrysset. "Good evening Smestadkrysset" runget utover. Pølser og vorterøl ble servert til alle som var der. Spenningen lå i luften. Det var flere hundre mennesker som hylte av begeistring. Alle syntes det var helt magisk. Jeg var enig. For å oppleve et glimt av magien, gå inn på www.tv2.no/a/8754651

Axel Røthe

Forsiden > Nyheter > Innenriks

Med hjelp fra faren fikk blinde Axel Røthe (19) oppleve guttedrømmen



– Det er en liten eventyrverden vi kan lulle oss inn i.

Bildene mine

Det stod JA på en transformator omkranset et hjerte. Transformatoren var i plater og dekt av grov steiner. Den står på en sti fra Arnebråtveien til Holmengrenda. Jeg fikk en ide og lysten til å jobbe med fotografering. Jeg sier ikke så ofte ja, men det jaet motiverte meg til å begynne med fotografering. Jeg ville være mer positiv. Jeg måtte gjøre noe, kjedet meg.

Det ble mye fomling, fordi jeg lette etter temaer. Ideen jeg fikk var at jeg kunne følge årstidene.

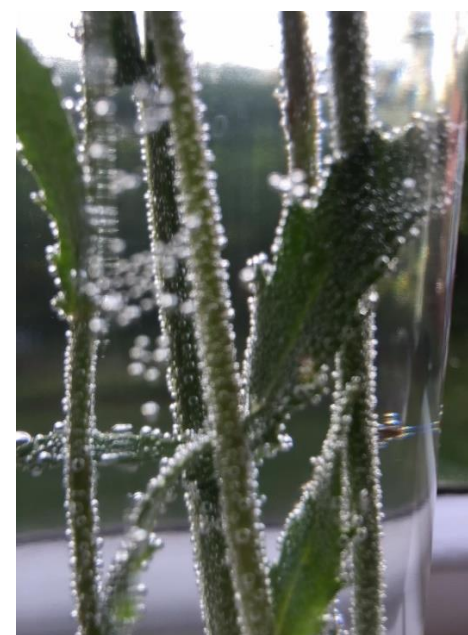
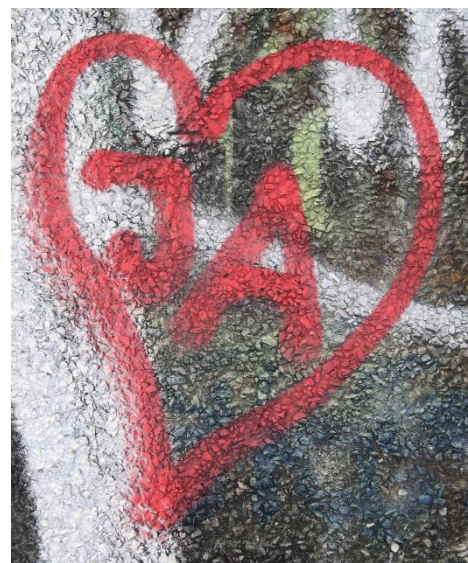
Jeg begynte å fotografere inne. Det var skyggebilder og reflekser på peisveggen som inspirerte meg. Jeg har alltid hatt en swarovski hengende i vinduet. Den reflekterer sollyset på forskjellige materialer og reflekterer regnbuens farger ettersom lyset beveger seg i rommet.

På hytta fotografere jeg for det meste gjennom glass. Også der følger jeg årstidene. Høst- og vinterstid fotografere jeg frostmotiver av frøkapsler. Frøkapsler egner seg veldig godt som motiv fordi de er stivnet i frosten.

Jeg fotografere gjennom glass for å sette det i et annet lys. Jeg tar for meg stilker i glassvaser. De blir boblete, fordi det legger seg en boblerad rundt stilken, som jeg synes er vakkert.

Fotograferingsprosjektet avsluttes ikke der. Jeg fortsetter å jobbe med fotografering og finner på nye motiv.

Nina



Nok en fin dag rundt Sognsvann

Nå har vinteren kommet også til Sognsvann, med litt is på vannet, som bare endene kan gå på.

Det er to svaner som har vært der lenge, som heldigvis fortsatt har åpent vann. Hva skjer med disse to når isen legger seg over hele vannet, jeg må jo følge med ofte nå. Dette gjør at min tur nesten daglig blir enda mer spennende, alltid er det en eller annen opplevelse jeg får med meg.

I dag møtte jeg et eldre par, mannen stoppet og sier: «er det ikke nydelig her, hører du hvor stille det er.» Dette er helsebot for oss som bruker denne flotte og tilrettelagde turveien rundt Sognsvann, sommer som vinter.

Ja, dette var min opplevelse i dag som jeg har lyst til å dele med andre.
Hilsen CB.



40- og 50årsjubilanter i Oslo kommune

Torsdag 9.11.17 ble alle 40 og 50 årsjubilanter invitert til Rådhuset. Vi var 110 jubilarer i år. Litt over halvparten var fra Utdanningsetaten. Tre stykker hadde jobbet 50 år i Oslo kommune.

Fra Oslo VO Nydalen var Grethe Skretteberg og Erik Omland.

Vi fikk servert musserende vin til velkomst. Det ble servert en tre retters middag med viner. Hovedretten var Lofotlam. 40 årsjubilantene fikk en sølvskål under middagen. Elever fra Barrat Due sto for underholdningen. Kvelden ble avsluttet med en omvisning i Rådhuset med servering av kaffe og avec. Erik O



Natteravn

Natteravnene trygger byen

Om du har vært ute om natten i byen har du kanskje sett at Natteravnene går i gatene og ser til at folk "på byen" har det bra. De kan møte personer som ikke klarer å ta vare på seg selv grunnet rus og/eller mangel på kleddel i de sene nattetimer. Vestene de har på seg er svart og med reflekser for å tydelig vise hvem de er.

De kan ikke gjøre noe mer enn å se til at det går bra med gjestene og kontakter nødetatene om det skulle være nødvendig.

Ordningen er frivillig

De ble opprettet som en frivillig aksjon i 1990. Ordningen består av voksne edru mennesker som ser til at det går bra med gjestene på byen i nattetimer. Natteravnene sier selv at de ikke skal være noe politi eller sykepersonale, men heller noen som ser til at det går bra med gjestene der om de ikke klarer å ta vare på seg selv.

Gruppene er organisert med en eller to vandringsansvarlige som har ansvaret for gruppen. Deltagerne blir delt inn i grupper på 3-5 personer for å kunne støtte hverandre og ha selskap på vandringen.



Jentetaxi

I 2012 ble et prøveprosjekt startet med taxi for kun jenter, grunnet flere overfall. Slike turer ble bestilt av Natteravnene som hadde personlig kontakt med sjåførene og bad om turer kun for jenter. De ønsker å ta en aktiv rolle i å minske faren for overfall for kvinner i byene.

Bjørn

Natteravnen

I min barndom fikk jeg forståelsen av at natteravn og natterangler var det samme. Siden ble jo nettopp natteravnene organisert til å ta seg av og holde øye med natteranglerne, Så det kunne altså ikke stemme. Men sånn var det ikke i min barndom, tidene forandrer seg og da jeg var barn fikk natteranglerne gå i fred.



Natteravnen er derimot når sant skal sies en fugl, med litt pjusket og spettete grågul fjærdrakt.

Den er ikke så vanlig i Norge.

Ellers kan jeg fortelle at den stort sett holder seg i ro og mak i et tre eller på bakken om dagen. Men når skumringen kommer og mørket faller på tar den til å fly litt sånn i glideflukt. Den synger ikke så fint som nattergalen, en annen av nattens løse fugler, men fint nok.

En kan registrere en karakteristisk og spennende låt som stiger og synker. Dessuten har den en lett kjennelig vingeklapping.

Ca 28 cm, altså ingen småfugl.

Esp

Oslotrafikken

Endringer i trafikken

I Oslo blir det gjort endringer i trafikken om ikke lenge. Det vil bli innført rushtidsavgift, toveis bomring og timersregelen, hva betyr dette for de reisende?

Det har vært gjort flere endringer i trafikken i Oslo de siste årene og det er mer som skal komme fremover for å regulere og endre kjøretur vi tar i området. Forslagene som er vedtatt er blant annet:

1. Rushtidsavgift (gjelder for tiden 06.30 til 09.00 og 15-17.00)
2. Priser utenfor denne tiden vil bli lavere
3. El- og hydrogenbiler vil fortsatt ha gratis passering
4. Etter reise nummer 60 i rushtiden vil det være gratis passering
5. Det vil ikke bli krevd rushtidsavgift på søndager, helligdager og i juli måned



Nye bomringer i indre by

Det skal settes opp flere nye passeringpunkter, men de er først klare i 2018. Stasjonen blir da gjeldene for passering begge veier, mens prisen vil bli halvert – noe som gjør at prisen blir den samme selv om du skal både frem og tilbake. Her vil de også ta rushtidsavgift for passering.

Timesregelen for passering

Om det passeres gjennom bomringen to eller flere ganger innenfor en time vil du bare trekkes en gang, hvorav grunnen til navnet. Dette vil ikke gjelde for overgangen mellom Oslo og Akershus, selv om det skjer innenfor en time.

Bjørn S

Noe nytt til jul?



Har du tøy du ikke bruker lenger kan det leveres til resepsjonen.

Finner du noe i gjenbrukskroken i 4 etasje som du kan bruke, ta det med deg!

To ledige stillinger på Oslo VO Nydalen

timeplanlegging
samarbeid
MatOgHelse
fagkonsulent
inntak
kartlegging
Nydalen
spesialpedagog
rådgiver
voksenopplæring

Vi har to ledige stillinger.

Søknadsfristen er 8. desember for disse to stillingene:

Fagkonsulent/rådgiver

og

spesialpedagog med kompetanse innen mat og helse

Se hjemmesiden vår:

<https://nydalen.oslovo.no/nyhetsarkiv/ledige-stillinger2/>

Nytt Tachikawakurs: Bedre kroppsbevissthet og bevegelser



Mika holdt et videregående kurs i Tachikawapedagogikk 15. november på senteret. Kursdeltakere var til sammen 13 personer, en lærer og to assistenter fra Rosenholm skole, en lærer fra Nesodden videregående skole, to ansatte fra to forskjellige boliger, Pernille fra vårt senter og seks studenter.

Tachikawapedagogikk er opprinnelig fra Japan, og er pedagogisk metode som er rettet mot personer med fysiske funksjonsnedsettelse.

På vårt senter har deltakere fått undervisning i fagområdet kroppsbevissthet siden 2004. Deltakerne har hatt framgang både i kroppsbevissthet og bevegelser.

Temaet denne gangen var å integrere bevegelser i de ulike kroppsdelene for at våre deltakere kunne bevege seg (snu seg, stå, gå, bruke hender, ligge eller sitte) avslappet, på en behagelig måte og så godt som mulig på egen hånd.

Kursdeltakerne gikk gjennom øvelsene med magen, ryggen, armene, bena og brystet. Det siste var nye øvelser. Disse øvelsene er bl.a. for bedre pustekontroll og avspenning.

I pausen viste Mika videosnutt av undervisning på senteret og på en spesialskole i Tokyo der hun hadde hospitert i sommer. Kursdeltakerne delte også erfaringer med sine elever. En av dem snakket om en elev som hadde epileptisk anfall:

eleven fikk nok ikke redusert antall anfall, for han hadde svært mye og ulik epileptisk aktivitet. Men vi klarte å stoppe latteranfallene ved å bruke øvelsene i Tachikawapedagogikk på magen hans. Han hadde undervisning ukentlig gjennom de årene han gikk her. Det hjalp ham til å huske å puste med magen og slappe av, og det trengte igjennom det epileptiske latteranfallet. Han ble også mer tilstede her og nå. Alt dette var viktige mål for ham.

Det er planlagt et nytt kurs våren 2018

Mika

Ican får Nobels fredspris

I år har "International Campaign to Abolish Nuclear Weapons" (ICAN) fått fredsprisen. De arbeider for nedrustning og fjerning av masseødeleggelsesvåpen i verden. Mange land har vært med på å foreslå nye regler for å forby atomvåpen. Målet for disse er å hindre at våpen blir brukt for å true og hisse opp stemningen med frykt for fremtiden. Landene som har vært samlet i Forente Nasjoner (FN) har foreslått tiltak for å begrense utbredelsen av masseødeleggelses våpen. Det er en lang og vanskelig kamp å få igjennom, grunnet redselen for at noen "andre" skal kunne bruke sin frykt for at noen andre skal bruke atomvåpen. ICAN er en av organisasjonene som arbeider med et forbud. Målet deres er at befolkningen skal gå sammen for å overbevise sine myndigheter til å avslutte bruk av atomvåpen.



Nei til atomvåpen

I Norge har vi en organisasjon som har vært i kampen mot atomvåpen: "Nei til atomvåpen" har vært med siden 1979 og har arbeidet for nedbygging av atomvåpen og atomkraftverk. De har et langsiktig mål å fjerne alle atomvåpen fra jorden, grunnet den massive ødeleggelsen de har vist seg å ha.

Nobels Fredspris

Alfred Nobel (1833-1896) var en svensk kjemiker, ingeniør, oppfinner og filantrop. Han gav sin arv til det formål å gi støtte til forskjellige deler av samfunnet, for å bidra til en mer opplyst befolkning og fremme kunnskap. Siden fredsprisen burde gis ut av et land som ikke har startet en krig ville Nobel at Norge skulle få denne oppgaven, noe de har hatt i oppgave siden år 1901.

Mer informasjon om ICAN: www.icanw.org



Espens epistler

Det har med forsvar og militærmakt å gjøre,

Jeg spør meg: Vil de nye F35 flyene verne meg her på Bjølsen?

Mot hva?

Tror ikke de gjør mye til eller fra.

Det er nok makthaverne og maktmenneskenes interesser de skal beskytte.

Jeg er bare et lite sandkorn i maskineriet, og fjernes lett med et pust i sivet.

Noen privilegier må en ha som paranoid.

Et av dem er at en ikke svarer på telefon i unøde.

Sånt kalles sykdomsgevinst i psykologien.

Altså en gevinst en får ved å være syk.

Selvsagt er en ikke syk når en er klar over dette, men det behøver ikke folk vite om.

De kan tro jeg er det. Og la de tro det.

Enhver blir jo salig i sin tro.

Ikke er seg selv

Ofte når en ikke er i seg selv, da går det galt, man snubler og faller, forstuer en fot, eller gjør annet tøv.

Men har man festet taket i seg selv, gjerne helt nederst på kroppen et sted, og er bevisst seg selv og verden,

Da går det som oftest bra, eller i hvert fall bedre.

Tror du livet er som en selvrensende komfyr eller stekovn?

Alt renses og det blir bra til slutt.

Samme hvilke dumme valg du gjør og hvilke rare holdninger du har, så lar ikke selve livet seg rokke.

Det tror ikke jeg.

Da tror jeg det er kortslutning i anlegget, og at komfyren straks må bli reparert.

Dr. Dings kunne ikke sitte rolig et sekund.

Som han hadde mauer i buksen. Han kuta att og frem som det heter i visen, og prøvde å belære meg om livet og psykiatriens mysterier.

Det eneste jeg fikk ut av det var hans tilsynelatende tilstand av forvirring, og min egen innestengte irritasjon.

Jeg tenkte at den mannen kan irritere en stein. Og jeg er en svært tålmodig mann. Så tålmodig og høflig at jeg lar folk få snakke seg ferdig. Det blir de ofte glad av har jeg funnet ut, og en glad lege pleier å være en bedre lege.

Nettet

Vi er i ferd med å lette, miste bakkekontakten.

Vi henger i nettet og da mener jeg ikke lysnettet, og skulle det feile -

Ja så er vi hjelpeløse.

Vi kan skrike oss hese, ingen vil lenger høre oss.

Vi har ikke lært å høre på hverandre på skolen

Selv om vi bruker utestemme.

Vi er fortapt i tastaturet.

Traffic- Mr Fantasy,

Noen synes dette er 60-tallets aller beste plate.

Et psykedelisk mesterverk, unnfanget langt ute på landet i 1967 i avsondrede og stille omgivelser som første band i hippiehistorien. Siden skulle dette bli vanlig å trekke seg tilbake til en landlig plett for å lage plate.



For den nette sum av 99 kr får du denne platen på CD, og CDen inneholder for sikkerhets skyld både den engelske og amerikanske originalplaten.

Men hvem var Traffic. Traffic var en av de første superkonstellasjonene rocken frembrakte. Alle medlemmene var kjent fra før, den mest kjente; Steve Winwood hentet fra Spencer Davis Group, tidlig erklært geni for sin stemme og sine orgelvirtuositeter. Mr Fantasy ble til i 1967 og kom på plate i 68. Den ble straks en hit og Traffic kom på alles lepper som det nye, en ting i tiden, det hotte, på begge sider av Atlanteren.

De ble med et slag på mange måter større enn trøtte gamlinger som Beatles og Stones.

Og siden denne CD utgaven inneholder også den amerikanske utgaven, får vi med oss de to Dave Mason komponerte protopsykedeliske sangene som startet ballet. *Paper sun* og *Hole in my shoe* fra 1967. For Traffic var med helt fra starten på den psykedeliske bølgen. De var i tiden som ingen andre, kanskje bortsett fra Beatles.

Der kom egentlig bare to plater med det originale og psykedeliske Traffic, siden ble det nye utgaver men da var det psykedeliske tonet ned og til slutt helt fraværende. I pakt med tiden.

Men på Mr Fantasy er vi ennå i begynnelsen av en forholdsvis lang og mangslungen karriere.

Albumet er mektig seriøst og hippiepompøst vil noen mene, og har fått status som en av rockhistoriens store mesterverk.

Tekstlig hippiete og psykedelisk men musikalsk stort, drevet fram av Winwoods orgel og sang, Mason og Winwoods gitarer, Jim Capaldis perkusjon og Chris Woods fløyte spill. Sitareren er det Dave Mason som trakterer.

Alt dette får du altså for den nette sum av 99 kr. Du kan lytte deg inn i kjernen av rockehistorien, det mest sentrale. "The summer of love" og etterdønningene av den. (De beste psykedeliske albumene kom faktisk i 68, og ikke i 67, både Pretty Things, Zombies, og Small Faces ga oss store psykedeliaperler i 68, så Mr Fantasy var i godt selskap)

Lytt godt etter, dette vil nemlig ikke gjenta seg. Vær sikker!

Tomcats

Vi har kanskje vært inne på det før, mange beatgrupper fra England på 60-tallet måtte utenlands for å få suksess. De fleste dro til Tyskland, Hamburg og Reperbahn. Remo Four dro til Frankrike. Scorpions dro til Nederland, Red Squares til Danmark og Sverige og altså de vi skal dvele litt ved her, Tomcats til Spania.

Og suksessen uteble ikke der nede. Ealings svar på Rolling Stones ga ut fire i ettertid svært ettertraktete EPer i Spania før de vendte hjem til England igjen og forvandlet seg til det legendariske psyk-bandet July.

Disse fire EPene pluss noe annet "skrot" er nå samlet på CDen *Running at shadows* utgitt på RPM records. Det blir mye Stones-covers, litt annet rytm and blues pluss en litt nedstrippet, uptempo versjon av *Yesterday*. Uten stort orkester. Noen egenproduserte låter er det også blitt plass til.



Ca en time i lag med svingende beat fra Spania og England. Kan det bli bedre for en rockesjel? Et funn for samlere selvsagt, men også for Gud og hvermann, særlig hvermann.

Vi anbefaler Espens musikkblogg!

<https://espmusikk.wordpress.com/>

Hvordan og hvorfor skrive en bokanmeldelse?

Mange leser bokanmeldelser for å se om de ønsker å lese bøker. Vi har sett og mange har lest bokanmeldelser for å få tips om det er en bok du bør lese og hva den inneholder.

En anmeldelse inneholder ofte noen faste punkter.

Punktene som (ofte) er med:

- Tittel (evt. opprinnelig tittel om den er oversatt)
- Bokens innhold
- Hvilket språk en er skrevet på med form og kompleksitet
- Er boken originalt skrevet eller er den oversatt
- Hvilken opplevelse satt bokanmelderen av boken
- Totalvurdering

Hvorfor skriver jeg bokanmeldelser?

Min erfaring med bokanmeldelser er at det er en god måte å avslutte en bok på. Jeg gjør notater på en blokk for å huske hvor jeg var i boken og få en kort oppsummering på teksten før jeg leser igjen.

Ved å lese på forrige lesnings siste punkter, i notater til boken, henger jeg meg mer opp i hvor jeg var i teksten før neste økt.

Denne malen er brukt på bokanmeldelsen av "Bienes Historie".

Bokanmeldelse av "Bienes historie" av Maja Lunde

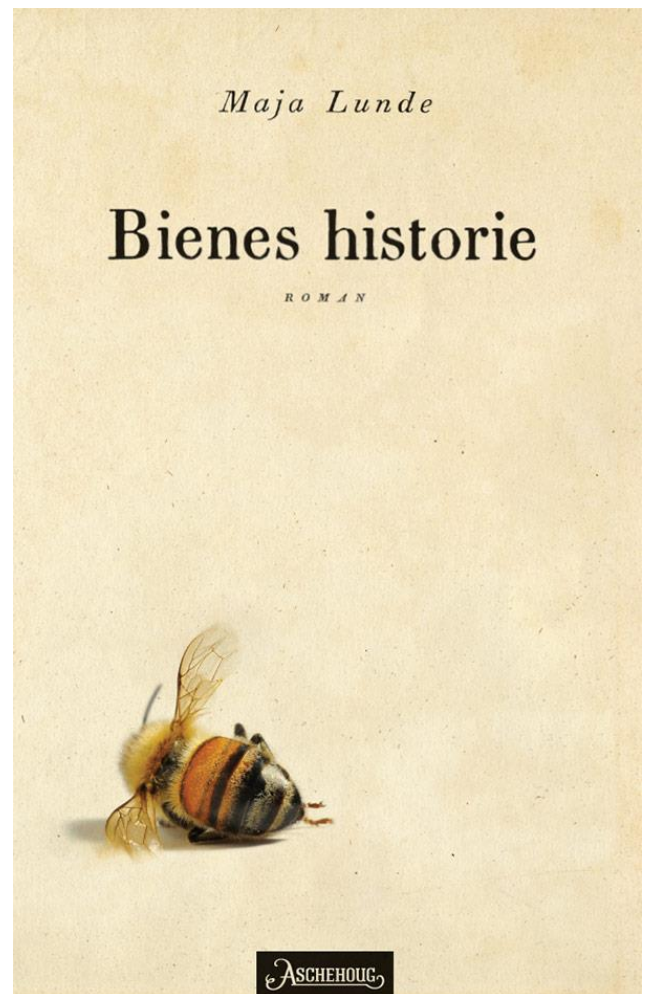
Boken er en roman om livet som birøker i en liten by og hvilke utfordringer som møter dem på gården. Den har også en del av historien fra livet rundt driften av gården som kan være vanskelig det også leser jeg i boken.

Den er satt sammen av tre historier fra 1852, 2007 og 2089, hvor det fortelles om utfordringer med å få endene til å møtes først og en avslutning som virker (sannsynligvis?) som vil skje om ikke alt for lang tid om død for mye av naturen og insektene rundt oss.

Jeg oppfattet boken som godt og grundig skrevet om birøking og det å måtte "bare gå rundt å vente" til det passer å høste produktet. Samtidig som vi ved en slik drift setter vår lit til at de små biene skal kunne samle nok nektar og dronningen lager nok honning til å få alt til å gå rundt.

Boken er skrevet i tre epoker som skiller de forskjellige tidene med verktøy og håp om fremtidens drift og drømmer om denne. Selv om jeg tok notater til bokens innhold (og leste på slutten av disse før neste økt) klarte jeg å henge med på hvor i bokens historie jeg var med tiden. Historien virket for meg som enkelt nok skrevet til å forstå hva som ble gjort i yrket som birøker.

Dette er en bok jeg kan anbefale å lese siden den hadde både forholdet til personene seg imellom mens også hva som måtte til for å få driften til å fortsette videre. Jeg hadde ett mål om å lese tretti minutter hver dag, noe jeg klarte å etterleve. Notater ble tatt for hver dag og leste på slutten av forrige-dag for å få en liten hvor jeg var i teksten oppsummering. Notatene bidrar også til at mer sitter i hukommelsen for meg når jeg også skriver ned hva jeg har lest/hørt. Boken var på 455 sider.



Hva spiser 6 studenter på julaften?

Hva spiser du på julaften? Kjenner du noen som spiser grandiosa på julaften?



Ida:

Til middag spiser jeg medisterkaker og litt ribbe med poteter, rosenkål og saus.

Til dessert spiser jeg riskrem med rød saus, og til drikke liker jeg julebrus, juleøl og ingefærøl.

Jeg vet ikke om noen som spiser grandiosa, men det kan jo hende.

Mari:

Til middag spiser jeg pinnekjøtt, julepølse og kålrabistappe.

Til dessert spiser jeg iskake, og til drikke julebrus.

Jeg kjenner ingen som spiser grandis på julaften.

Mari:

Til middag spiser jeg ribbe og pinnekjøtt, poteter, kålrotstappe, gulrot osv.

Til dessert spiser jeg riskrem, og til drikke julebrus.

Jeg kjenner ingen som spiser grandiosa på julaften.

Erica:

Til middag spiser jeg ribbe med surkål, poteter og medisterkaker

Til dessert spiser jeg fruktsalat og kake, og til drikke liker jeg juleøl, brus og kaffe.

Jeg tror ikke at jeg kjenner noen som spiser grandiosa.

Martin:

Til middag spiser jeg pinnekjøtt, poteter og kålrotstappe.

Til dessert spiser jeg multekrem og riskrem, og til drikke julebrus og juleøl.

Heldigvis ingen som spiser grandis.

Siri:

Til middag spiser jeg ribbe, medisterkaker, poteter, grønnsaker og saus.

Til dessert spiser jeg riskrem, og til drikke julebrus.

Jeg kjenner ingen som spiser grandiosa.

Hvordan får du sprø svor på ribba?

Liv D. og Iren stekte ribbe til de ansattes julebord. Her er supertrikset!



La ribben få salt og pepper på seg på alle kanter 2 dager før den stekes. Rut ribba i små ruter (viktig!). Du kan dampe ribben i vannbad (kokende vann) med svoren ned i 230 grader i 30-45 minutter. Husk folie over når du damper svoren. Snu ribba på rist med vannbad under. Noen velger å kutte dette siden det er litt styr og lykkes allikevel. Pass på at ribben ligger slik at fettene renner av! Sannsynligvis det viktigste med å lykkes med sprø svor. Bruk tallerken under -og/eller folie under. Stek så videre på 200 grader i minst 3 timer avhengig av tykkelse på ribba! Eller sett ribba på langtidssteking 10-12 timer på 100 grader.

Ved langtidssteking må du skru opp temperaturen den siste halvtimen til 200 grader. Da blåser svoren seg opp! Steker du på 200 grader er det ofte at den blåser seg opp etterhvert! Skulle det ikke skje, kan du "trylle" med litt sterkere varme 220 grader å se om det hjelper. Det siste "trylletrikset" er å sette stekovnen på grill. Velger du grill må du sitte foran ovnen og følge med HELE tiden, for å unngå brent og svart ribbe! Da er du kun ribbevakt og gjør ikke noe annet! Husk at ribben er best hvis den har fått hvile minst en 1/2 time før du skjærer i den! Legg folie rundt ribben, men ikke folie oppå svoren når den er tatt ut av stekovnen. Lykke til !

LivD

Julenissen



Julenissen stammer fra Tyrkia og den kristne helgenen St. Nickolas. Han reiste rundt og ga gaver til de fattige barna på 200-300 tallet.

På 1500tallet ble denne tradisjonen fulgt opp ved at "St. Nickolas" kom med Nickolasgaver i hjemmene.

St. Nickolas dagen feires den 6. desember.



Julenissen slik vi kjenner han i dag, kom til de nordiske landene på slutten av 1800 tallet.

Han ble på denne tiden fremstilt som en tynn og sped fyr, i motsetning til dagens julenisse, som er en eldre vennlig kar med kraftig hvit skjeggvekst, og stor mage.

Coca-Cola har mye av æren for at nissen blir fremstilt slik, for på begynnelsen av 1900 tallet begynte de å reklamere i amerikanske magasiner. De avbildet han mer og mer slik vi kjenner julenissen vi i dag.



Vil du besøke julenissen, så kan du dra til Rovaniemi i nord Finland. Der er det jul hver dag hele året.

Eivind

Julegaver

Jula nærmer seg, er du blakk og har en hel haug med mennesker som forventer seg noe under treet til jul? Gaver du hverken har kjøpt eller har råd til. Det mange ikke vet er at det er faktisk mulig å lage egne personlige julegaver. Ting trenger ikke alltid og koste skjorta. Handler du på salg med litt tålmodighet kan du finne mye billig fint og godt.

Ideer

- Marsipan
- Karameller. kjøp inn en stor pose med karameller og del den opp i mindre. Hvis du vil kan du ta deg tid til å pynte posen. Dette blir ikke en stor gave men en liten og personlig gave som vil være betydningsfull.
- Strikking er populært nå om dagen med refleksgarn. Garnet får du på Nille
- Perling
- Gavekort på kinobillett. Dette skal være mulig på de fleste kinoer i landet
- Lag din egen kalender med bilder du selv har tatt, husk på at kalenderen du skal lage er for 2018.
- Siste utvikling lag ditt eget kort pynt det, og skriv noe hyggelig som kan treffe denne personen.
- Gavekort på opplevelser som utføres enten av den som for gavekortet, eller sammen med sine kjære. Spøkelsesvandring i Oslo eller en middag for to, er to eksempler.



Vi ønsker alle en god juleshopping NB ikke bruk for mye penger!

Elin



Pepperkaker

I sangen om pepperkakebakeren fra det kjente eventyret «dyrene i hakkebakkeskogen» sies det at man skal ha 1 kilo pepper i pepperkakene, men er det virkelig sånn. Jeg tror ikke noe på det, gjør du? Da vil man jo bli helt pepret til jul. Ja det finnes mange typer krydder i pepperkaker, nellik, kardemomme og ingefær er bare noen av de. Pepperkaker er den av de 7 sortene som det finnes flest av i husstander til jul. Her er en oppskrift på nettopp pepperkaker:

Ingredienser

- 1.5 dl mørk sirup
- 1.5 dl sukker
- 150 gram Melange
- 8 dl hvetemel
- 1 egg
- 1 ts malt ingefær
- 1 ts malt nellik
- 1 ts malt kanel
- 2 ts natron



Slik gjør du!

- Bland sirup og sukker i en kjele og la blandingen koke opp. Ta kjelen av platen.
- Tilsett Melange i små biter og la den smelte ned under omrøring. La blandingen avkjøles noe og rør deretter inn egget.
- Bland krydder og natron inn i melet og rør dette sammen med de øvrige ingrediensene til en deig. Legg deigen i en skål, dekk med plastfolie og la den hvile i minst 12 timer i kjøleskapet.
- Kjevle deigen ut på et melet bakebord eller bakepapir. Stikk ut kaker med forskjellige former eller til pepperkakehus.
- Legg kakene på stekebrett dekket med bakepapir. Stekes ved 180°C i ca. 8-10 minutter, avhengig av tykkelsen på deigen.

Alternativ jul

I Oslo finnes det flere tilbud for feiring av juletiden. For de som ønsker å feire den sammen med andre, er det flere tilbud i byen. På disse stedene har de mat og selskap som tilbys de som ønsker å delta på feiringen i fellesskap.



Alternativ jul har holdt på siden 1968 og har vært drevet av ungdommer i Oslo. De har gjennom årene blitt større og har funnet nye lokaler å arrangere feiringen i, grunnet størrelsen på antall gjester. De ledes nå av Henning Holstad som har vært med i alle årene som de har vært i Oslo.

Arrangementet vokser

Tidligere har de vært på forskjellige steder, men har nå måttet ta nye steder for feiringen grunnet pågangen av gjester. Stedene de har brukt tidligere er blitt for små til å dekke opp alle, både for deltagere og de som vil ønsker å hjelpe til der. I år er det på Oslo Kongressenter.

Mange vil bidra

Flere steder blir det meldt inn at det er mange som ønsker å bidra til driften av tilbudene. Kan du bruke noen timer til å få driften til å fungere, er det flere tilbud på nettet som kan leses om på nettsiden til alternativjul.no

Ønsker du å hjelpe til, men ikke har mulighet til å stille opp der kan du gi fra Grasrot-andelen om du spiller hos Norsk Tipping. Dette gjøres ved å føre opp organisasjonsnummer som er 976123921 som Grasrot andelen. Les mer på: <http://www.alternativjul.no>

Bjørn S

En kinky jul

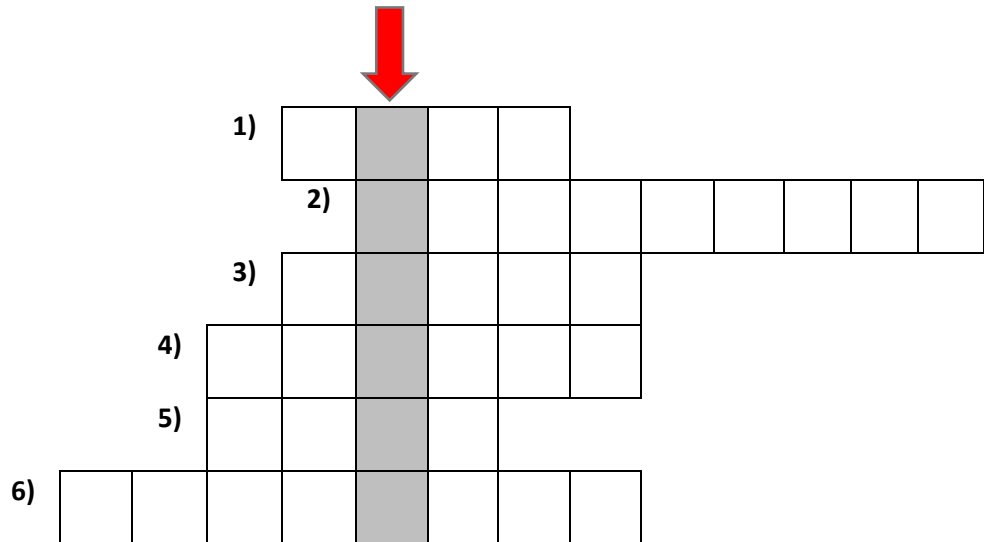
Det er desember og tid for julemusikk. Julemusikk og Ray Davies. Julemusikk og the Kinks. Ray Davies har laget to juleplater, en med The Kinks i 1977 og en duett fra 2009 med ham selv og Chrissy Hynde


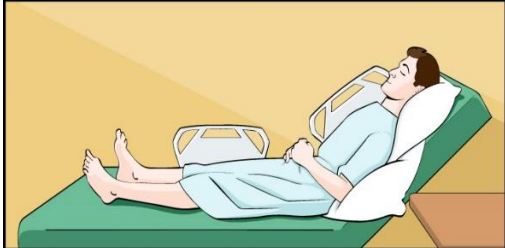





Father Christmas fra 1977 er en punkete (Dette var midt i punketiden) lettbenet rockelåt, med sprut og fart og med en lettfattelig tekst som handler om en julenisse som blir banket opp av kidsen fordi de ikke får de riktige julegavene. Riktig et gledelig stykke rock and roll for julefoten. Låten fikk hard rotering på diverse radiokanaler men ble dessverre ingen stor hit. I Kinksuniverset er den allikevel å regne med.

I 2009 fant Ray Davies frem julelykken igjen, med en litt mer vemodig sak. En duett og en ballade. På 80- tallet hadde han hatt et kort og stormfullt kjærlighetsforhold til Pretenders Chrissy Hynde og i 2009 tok han kontakt med sin gamle flamme for en selvbiografisk duett, julesangen Postcard from London. En riktig "smekare" som det heter på svensk. Sangen handler om å lengte etter sin kjære og minnes en en ikke har sett på lenge. Sangen ble spilt inn med Chrissy og Ray men også et par år senere med Ray og den unge moderne sangerinnen Kate Nash, bare så det er sagt. Vennlig og rolig musikk for en forhåpentlig vennlig og rolig juletid. Lete? Du finner dem om ikke annet så på nettet. ESP

Månedens kryssord



1)		2)	Julemåned
3)		4)	
5)		6)	

Løsning i november:
 1. Furuholmen 2. Madonna 3. Morrissette 4. Fogerty 5. Mitchell 6. Morrison
 = FARGER



Vi lar Bjørn representere alle i redaksjonen for AvisN når vi ønsker alle en fin adventstid og en god jul!