

AvisN

Avis for Oslo Voksenopplæring Nydalen februar 2018

Norskgruppa kan mye annet enn norsk!



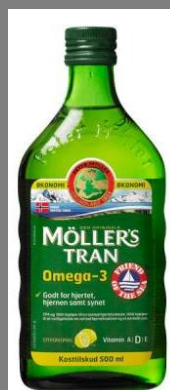
Det var ingenting   si på stemninga i kantina da bl.a. disse to lagde linsesuppe i forrige uke. Linsesuppe er billig, næringsrikt og godt, og det finnes mange oppskrifter. Les mer på side 3

**RagnaRock på
Tangerudbakken**



side 4

Sunt!



side 11

EL-fly



side 15

Februar måned

Februar inneholder 28 dager og er årets korteste måned. Skal du ut så ta på deg brodder og gå fortsatt med reflekser det er ofte mørkt, glatt og kaldt. Så pass litt på hvordan du kler deg, dette for både din egen og andres sikkerhet.

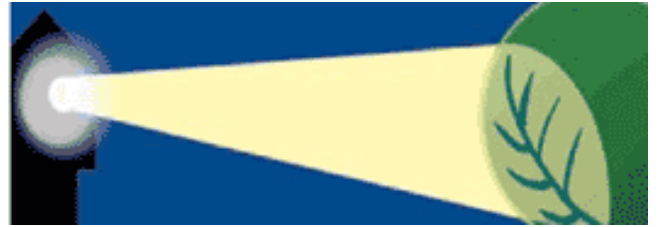
I februar er det mange ting som skjer:

- Valentins dag eller alle hjerters dag den 14 februar.
- morsdag søndag 11 februar
- vinterferie mandag 19 til fredag 23 februar
- OL fra. 10 til 25 februar

Februar er en måned der man skal vise mye kjærlighet til seg selv og til de som er rundt enn, og kanskje ta deg litt ekstra godt av deres mødre. Alle fortjener kjærlighet, du er intet unntak
Love Elin



Månedens miljőtips



Månedens miljőtips

Ikke kast klær. Saml det heller opp og lever det til Frelsesarmeen. Ødelagte og hullede klær blir også brukt. Selv om man ikke skulle tro det! Klærne blir malt opp og brukt til tepper som sendes til u-land. Det er så mange som har bruk for det vi kaster så tenk deg godt om!!
Bruk hue vi har bare en klode. Ingen vet hvor rett Blekkulf hadde da han kom med dette da mange av oss var små.

- Mindre bruk av plast og papir
- Ikke kaste for mye mat
- Bruk mer kollektivtransport, slik at det blir mindre utslipp av giftige gasser

Elin B

Rektor har ordet

Februar har bare 28 dager og skolens vinterferie er i uke 8 (mandag 19. til og med fredag 23. jan.), så det gjelder å utnytte alle timene vi har denne korte måneden. Som vanlig på denne tiden av året får vi nye studenter fra Universitetet i Oslo. Det er fire studenter som kommer til å være med i mange av de ulike undervisningstilbudene for å bli de dyktige, erfarne spesialpedagoger i fremtiden. Ta dem godt imot. De er her tre uker før vinterferien og tre uker etter vinterferien.

Det er lenge siden har vi hatt så mye snø i Oslo som nå. Skolen er opptatt av å utnytte det fine vinterværet og muligheter for å gå på ski i de fine løypene i Oslomarka. Mange har ikke skiutstyr, derfor oppfordrer vi alle som har skiutstyr de ikke bruker til å gi det til skolen slik at det blir enklere å planlegge turer ut. Med skiutstyr mener vi ski, staver, støvler, tusekk, skismøring, evt akebrett for de som ikke ønsker å stå på ski.

Vi minner også om søknadsfristene for neste skoleår; 15 februar for inneværende deltakere og 1. mars for nye søkere. Vi ønsker alle en fin februar måned.



Vigdís Bratfoss, rektor

Linsesuppe

De var heldige, de som var i kantina siste fredag i januar.

Norskgruppa disket opp med nydelig linsesuppe.

Det finnes sikkert hundrevis av oppskrifter på linsesuppe. Det som er så fint med å bruke røde linser som basis i en suppe, er at de trenger ikke å ligge i bløt, og de har kort koketid.

Røde linser er spesielt rike på jern, protein, selen, sink, samt sunne, langsomme karbohydrater.

Den suppa du finner oppskrift på her er ikke den samme som norskgruppa lagde.

Denne har vi funnet på internett:

1 stk løk
2 stk hvitløksfedd
3 stk gulrøtter
1.5 l hønsebuljong
1 ss frisk ingefær
1 stk appelsin
200 g små, røde linser
½ ts gurkemeie
frisk koriander

Slik gjør du

Ha alle ingredienser, bortsett fra appelsin, i en stor gryte. Kok opp og la småkoke under lokk til linser, gulrot og løk er møre.



Kjør til glatt puré med en stavmikser og smak til med salt og pepper. Press appelsinsaft i suppen og bland inn 1 ts finrevet appelsinskall. Kok opp. Server.



Min aller første arbeidsdag etter ferdig utdannet barnepleier.

17 mai 1959 begynte jeg i min første ordentlige jobb som spedbarnspleier.

Jeg hadde vært så heldig å få den jobben jeg hadde mest lyst på, det var på Bærum sykehus Fødeavdeling. Fødsler hadde jeg aldri vært med på, men nyfødte babyer hadde vi lært mye om på barnehjemmet der jeg ble utdannet. Jeg begynte på nattevakt første dagen, noe mer spennende hadde jeg vel ikke tenkt meg! Jordmor var tålmodig og grei, jeg ble plassert på en stol nær sengen der den fødende lå. Det ble en spennende natt, og alt gikk bra med mor og barn. Men det var en annen natt senere som jeg ble bedt om å sette en sprøyte på en fødende, hadde jo lært det og gikk inn for oppgaven. Plutselig kommer en hånd og feier til meg så sprøyten føk bortover gulvet, årsaken var at jeg ikke hadde gitt beskjed om at «nå kommer det et lite stikk». Så der lærte jeg det, og kommer vel ikke til å glemme det heller. Det ble mange fødsler den uken jeg hadde nattevakt, og det var stort sett på nettene det skjedde.

Da jeg gikk over til dagvakt ble noe annerledes, for da var vi flere på jobb og ansvaret for mødrene og de nyfødte babyene ble fordelt på flere. Jeg var veldig glad i jobben min, men så fikk jeg et tilbud til å reise til England som aupair hos en familie med to små. Da hadde jeg vært i jobb bare 6 mnd. Det var heldigvis ikke bortkastet, for da jeg kom hjem ble det bestemt at vi barnepleiere måtte ha et suppleringskurs i barsel på en fødestue på 3 måneder. Jeg fikk da godkjent mine 6 måneder på fødestuen, men måtte plusse på med mer stell og ernæring til små barn. Etter dette ble det jobb i barnehager på avdelingene med de minste barna, noen bare 3 til 6 måneder. Dette likte jeg veldig godt, både for å trygge barn og foreldre.



Jeg var 19/20 år da jeg begynte i jobb etter utdanningen, men hadde hatt huspost i halvannet år, det fordi jeg ikke hadde penger til å gå på husmorskole. Det holdt med husposten -og glad var jeg. Husker ikke akkurat lønnen jeg fikk, men da jeg sluttet å jobbe i 1965 tror jeg hadde en årslønn på 13000 kr. Min første lønning husker jeg ikke, det kunne ikke være mer enn det gikk til klær. Jeg gikk til Molstad og kjøpte meg et dyrt skjørt som jeg hadde i mange år. CB

Dette er min familie.

Jeg har tre barn.
Jeg har to gutter og ei jente.
Guttene heter Mohamed og Hani og jenta heter Rama.
Mannen min heter Soeid.
Vi lærer norsk alle sammen.
Vi bor i bydel Bjerke.
Vi kom til Norge 28. oktober 2016.
Det er kaldt i Norge, men jeg liker å bo i Norge.
Før bodde vi i Libanon og snakket arabisk.

Mariam



Tangerudbakken

En ny sesong av Tangerudbakken begynner 14. februar på TVN. (kl 21.30)
I den første episoden er RagnaRock med i noen sekunder i slutten av programmet.

Opptaket ble gjort 3. september 2016.

Heidi



Min aller første jobb etter at jeg ble 100% ufør.

Hvem ville trodd at jeg skulle ende opp i en situasjon som 100% ufør? Jeg tror hverken noen i min familie eller noen av mine venner og arbeidskollegaer gjennom årene ville trodd dette, og i hvert fall ikke jeg. Jeg har alltid vært en psykisk sterk person med god helse, et godt sosialt nettverk og gode familierelasjoner.

Jeg orker ikke gå i detalj hva som jeg har opplevd de siste 20 årene, som endte med at jeg ble 100% ufør. Jeg ønsker heller å fokusere på situasjonen jeg nå er i og hvordan jeg vil prøve å få årene fremover til å ha en positiv utvikling for meg selv og mine omgivelser.

En viktig del av min tilværelse og fokus de siste 15 årene har vært forsøk på å få meg en jobb. Det virket ikke positivt at jeg har en god utdanning og har vist at jeg er en stabil arbeidskraft. At jeg begynte å bli eldre og hadde en diagnose, følte jeg veide tyngre enn det jeg trodde var positivt for en arbeidsgiver. Alle kampårene begynte etter hvert og ha en negativ effekt på meg. Jeg ble derfor svært lettet og glad, da jeg fikk 100 %ufør. Nav ga klart uttrykk for at de likevel oppfordret meg til å søke jobber, Jeg følte derfor at jeg endelig var kommet i en drømmesituasjon. Jeg kunne fortsette å være støttekontakt noen timer i uken, følge opp forskjellig frivillig arbeid OG si ja takk til en liten betalt jobbsamtidig som jeg kan fortsette med den nødvendig fysiske treningen jeg trenger. I tillegg kan jeg fortsette med litt dataopplæring noen timer i uken.

Jobben er en nattevaktstilling i en bolig for funksjonshemmede. Stillingsprosenten er 65% og er akkurat passe fysisk belastende for meg, så jeg regner med at dette blir en stilling jeg gjerne har resten av mitt yrkesaktive liv. Jeg fyller 58 år i år, og trives med å jobbe med og sammen med mennesker. De fleste som nå jobber i boligen er yngre enn meg, men det betyr lite for meg. Det har større betydning at det er hyggelig mennesker og at det tilbyes aktuell opplæring på områder. Både i Geric og døvespråk i første omgang. Kanskje tilbyr min fagforening meg mer, relevant opplæring på andre områder. Som hvilende nattevakt får en noen praktiske oppgaver i boligen, og noe oppfølging av noen av brukerne som bor der. Jeg vet enda ikke hva jeg får i lønn pr. time, men ser på lønnslisten at jeg får greit betalt pr mnd. Nav dekker opp med en sum i tillegg, så det blir en akseptabel lønn å leve av. Denne totalsummen er jeg svært fornøyd med.

Jobben fikk jeg ved å søke på stillinger som stod på NAV sine stillingssider. Jeg tror det ble tillagt stor verdi at jeg fikk to gode referanser gjennom å jobbe med tilsvarende arbeidsoppgaver. Siden både min samboer og jeg er delvis uføre, er vi sparsomme med bruk av penger.

Vi håper likevel at vi kan ta oss tid og råd til en ferietur neste sommer. Enten til norske fjell, eller til sydens varme!

HGH



Gatenavn i Nydalen

Mange av våre gatenavn har en betydning. De har en historie bak seg som forklarer hvorfor den heter som den heter og mange av oss tenker ikke over hvorfor de heter som de gjør. Jeg har tatt for meg gater i Nydalen-området og har skrevet om noen av dem i denne artikkelen.

Reglene for å kalle en gate blir tatt av kommunen. Gatene får tilordnet et navn etter regler i kommunen, de sier at: Gate- og veinavn i Oslo bestemmes pr. 2013 av bydelsutvalgene. Byrådet vedtar gate- og veinavn i Oslo sentrum. På nettsiden som er referert i slutten av artikkelen har dere en oversikt over gatene i Oslo.

Persongatenavn i Nydalen

Etter en titt på navnene i Nydalen området har jeg valgt tre navn jeg vil forklare i AvisN.

Fernanda Nissens gate - Denne gaten ble oppkalt i 2003, men en gate på Sagene har tidligere hatt dette navnet. Navnet kommer fra kvinnen som levde mellom 1862 til 1913. Hun var kvinnesaks kvinne, filmsensor fra 1913 og politiker. Hun støttet opp under fyrstikkarbeiderstreiken på Bryn og Grønvold, noe som gav henne iver etter å stå på for arbeiderne. Det ble opprør når hun som gift kvinne, tok til orde for å bryte ekteskapet og velge en nye make Oscar Egede Nissen. Hun mente at "arbeiderklassen skulle ta del i kunst og teater" og arbeidet for at dette skulle gjelde også i hennes tid.

Kristoffer Aamotsgate – Gaten er oppkalt etter personen som hadde jobb som direktør for Oslo kinematografer i 1934–55. Han var direktør i det som i dag kalles Oslo Kino. Han begynte å jobbe som teater- og litteraturkritiker og skrev nærmere 300 anmeldelser i Social-Demokraten. Han fortsatte som journalist i Arbeiderbladet, hvor han også hadde redaktøransvaret før han begynte med kino.

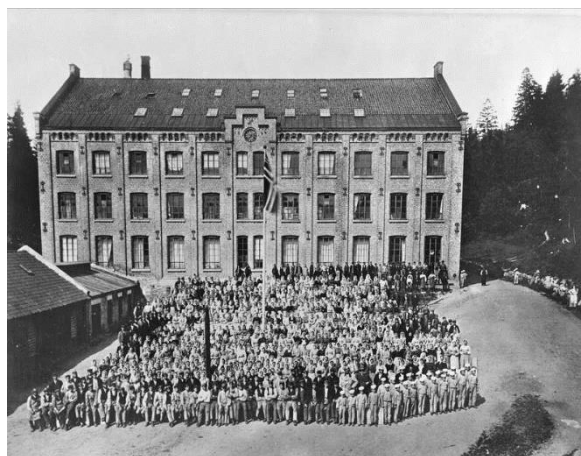
Gjerdrums vei - Gjennom de tidligere industrianleggene i Nydalen og Sandakerveien ligger gaten.

På 1990-tallet ble det bygget om til kontorlokaler, som henger sammen med Nydalen Park. Før dette var det tidligere industrianleggene til i Nydalen som hadde ligget i disse gatene. Veien fikk navn i 1915 etter hoffjegermester Otto Gjerdrum, som var medeier i Nydalens Compagnie. Han arbeidet også som politiker, journalist, filmregissør og redaktør.

<https://lokalhistoriewiki.no/wiki/>

Gater_og_veier_i_Oslo_kommune

Bjørn S



Fra botanikkens verden

Jeg leser i naturmedisinen om blæretang, ganske alminnelig blæretang, som vi alle har hatt mellom tærne når vi badet langs vår langstrakte kyst.

Den kan spises og gjør godt.

"Når menneskene må lære å merke sine egne tanker, lære å huske det som gjør dem til et bedre menneske, og forstå hvordan det skal bekjempe det som gjør en til et ondt menneske" Det står det altså i boken " Den helbredende Blomsterenergien" av B.J. Øvrerbø, lege, som jeg har fått tak i.

Har ennå ikke prøvd det ut men det skulle være artig å prøve. Eksperimentere litt med ondt og godt og meg selv og min egen helbred. Skal vi gjøre et forsøk: Blæretangen vannes i så fall ut i ferskvann før den soltørkes. Jeg garanterer ikke resultatet, men der er som kjent mye i Guds hage en ikke forstår.

"Mestring av tanker" " Bekjempe det som gjør en til et ondt menneske":

Viktige saker!!

Det er forsøket verd. I vår tid. Tenk på det.

ESP





Dette flotte vinterbildet har vi fått fra Liv Thorstensen.

I **februar** måned
har vi ny

fotokonkurransen.

Send bilder til heidi0112@osloskolen.no

Et mykt lag av pudderaktig snø har falt

I januar har vi kunnet synge om hvit jul, men det er jo ikke jul. I Oslo ligger det nå 37cm snø i øyeblikket (Blindern, 1. februar). Hverken folk eller fe har lett for å komme seg fram. Sitter du i rullestol er det vanskelig å komme seg ut. Jeg sitter selv i rullestol og irriterer meg over dette. Det er mye som skal brøytes og måkes og alle de som kan bør ta i et tak.

Det er glatt og biler kommer seg ikke fram. Du kan tryne på isen, husk å kle deg godt, ta på deg brodder og ta dine forhåndsregler. Man skal ikke kimse med de som er glad i snø og kulde, vinteren er manges paradisi. Da kan man lage snømenn, gå på tur, stå på ski og mye, mye mer. Da jeg var liten var det helt magisk da den første snøen kom, som et hvitt pulver kom den, og vi kunne ikke gjøre annet enn å stirre i trollbunnet glede.

Elin B

Månedens ord: SNØRANKE

Det brukes slik: «Ved brøyting kan private oppkjørsler bli tildekket av **snøranker**» «Bortkjøring av snø betyr fysisk å fjerne **snørankene** som blir langs veikanten etter brøyting». «**Snøranker** ved fotgjengerfelt og kryss må fjernes snarest mulig etter at hovedbrøytingen er ferdig».

Skjønnte du hva snøranke er?

10 PC-er fra Nydalen til Sierra Leone



Oslo VO Nydalen har gitt 10 PC-er i gave til Feeders Chapel School i Sierra Leone

Hvorfor det, egentlig?
Vi spør **Daniel Bendu**,
som er initiativtaker.



Daniel (deltaker her i Nydalen) forteller at han kommer fra Sierra Leone. Han opplevde noe som gjorde et sterkt inntrykk da han var der igjen for første gang på 18 år.

«På ferie i hjemlandet mitt holdt elevene på denne skolen en revy for meg og mammaen min. Dette var så kraftig inntrykk jeg opplevde. Så talentfulle elever! Men omstendighetene og fasilitetene er på skala 0 !!!!

**Her ser jeg elever som vil lære, men har ikke de mulighetene som vi her i Norge har. Da mener jeg infrastruktur- skolebenk-pulter- skolesatsing-(stabil lønn for lærerne). ...og det er så mye mer,
Dette er grunnen til at jeg engasjerer meg for disse barna»**

Daniel startet med dette prosjektet i april 2017. Så han har drevet med dette i 9 mnd
Målet å få opprettet en konto for denne skolen, så alle kan bidra med trygg skolegang og stabil lønn til lærere.

«Det jeg har klart å få til nå er PCene som Nydalen VO har hjulpet meg med. Skolen er også på Facebook»



Det er flott å se at våre gamle PC-er kan komme til nytte!

IT-gutta våre, Damir, Markus og Bjørn overhalte, klargjorde og testet maskinene før de ble sendt, og Daniel sjøl sørget for frakt til Sierra Leone.

Ha troen på deg selv

Mange leser side opp og ned om hvordan vi skal finne troen på seg selv. Noen av tipsene har mange gode meninger og kan hjelpe deg på veien til å finne ut av dette. Vi må ha troen på det vi skal gjøre og "Uten håpet" hva vi ingen retning å følge.

Det viktigste er å ha troen på seg selv!

Mange sammenligner seg med andre for å sette sine mål for fremtiden.

Jeg tror at det er viktig å ikke miste fatning av hva som er viktig å ha i livet vårt. Vi trenger å ha håp for å finne mening og velvære i livene våre her på denne jord.

Selv om vi er små vesener på en stor klode, bidrar vi til at livene våre endres mens vi bor her. Uten å vite vår store mening her på jorden (ifølge meg), håper jeg at det er de små hverdagslige gledene som får deg til å stå på mot utfordringene som vil komme fremover.

Et tips er å ikke sammenligne seg med andre, selv om det kan være vanskelig å gjøre i denne media-verden.

Har du noe som får deg til å trekke på smilebåndet? For det er lov å være trist og lei, det er en naturlig del av livet det også. Uten sorg kjenner vi ikke glede.

Hva kan jeg selv gjøre om alt er trått?

For meg selv hjelper det å gå meg en lang tur, uten noen retning egentlig. Ved å bruke kroppen får mine tanker plundre og gå i hodet, noe som gjør at jeg selv får "tenkt meg igjennom" hva jeg har gått og grunnet på.

Hva er din måte å komme deg igjennom slike perioder?

Bjørn S

Ha tro

Handler om å ha håp og tro når alt er som svartest.

Ha tro !!!!

Ha tro på dagen som er der som du snart vil se igjen, ha tro på alt det vakre som du ser min venn.

Ha tro når du ikke klarer å gå skrittene selv,

Ha tro på at håpet seirer da allikevel. Ha tro når det tunge da kommer som en storm og hvisker din røst, Ha håp på alt det gode som da kan gi deg trøst.

av Lillian Aarberg, hentet fra psykmagasinet.no

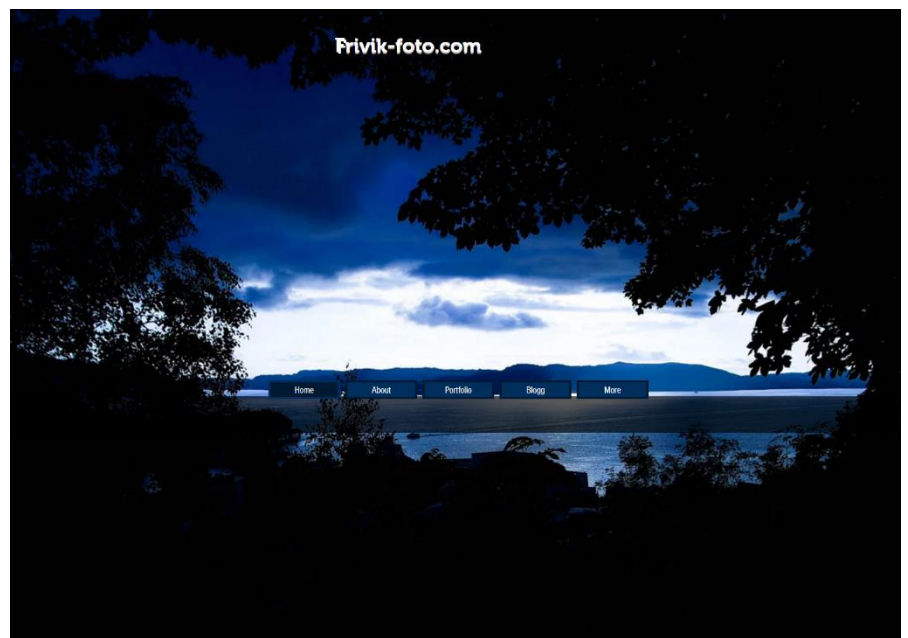
Fotoblogg

Mange husker sikker Lena, som var deltaker her for et par år siden.

Hun reiste fra Bergen hver uke for å gå på fotokurs her.

Nå har Lena pusset opp fotobloggen sin, og inviterer alle som har lyst til å se, til å stikke innom en tur!

Adressen er <https://www.frivik-foto.com/>



Espens epistler

En hellig ku

Jeg er lei av sunnhetstyranniet.
Det er nesten blitt en halvfacistisk attributt,
Vi tåler ikke svakhet, ikke sykdom, ingen skavanker.
Og i hvert fall ingen på hjernen.
For hjernen er en "hellig ku". Den skal ikke svikte.
Den må være sunn, frisk og rasjonell,
Men er den det. I virkeligheten.
Hos meg og hos deg.
I det moderne.

CDer og bøker var fine gaver før.
I dag vil ingen ha dem,
kanskje fordi de har tenkt å lette snart
og for disse tingene tynger
og gjør dem mindre flyvedyktige.

For noe må det jo være de tenker skal skje i
slutten av dette århundre:
Vi er for mange her på jorden.
Og de rike vil forlate jammerdalen,
mens vi andre skal bli igjen
og kløre ut øynene på hverandre.
Og kanskje lese bøker og høre CDer.

DR. Dings

Vi må ha medynk med dr Dings.
Han er overarbeidet
og dertil kanskje litt miljøskadet.
Vi får håpe han i et øyeblikks klarsyn
får øye på seg selv
og hvordan han virker på andre.
Ellers så må noen si det til ham.
En god venn for eksempel.

Kanskje jeg.

Storhetens ynkeligheter?

Jeg skjønner jo at storebror er stor og vil
gjærne være det.

Og at han gjærne vil ha makt over oss.

En slags avskrekkens eksempel.

Men at han ser oss det er å gå forlangt,

Han ser ikke seg selv engang.

Alle har fobier.

Å fornekte dem er bare dumt og sykdomsskapende.

Rasjonaliseringer kaller psykologien sånt.

Noen er redd for edderkopper andre mørke menn, slanger eller mus.

La det være sånn,-

Så blir verden et mer virkelig sted å være.

Det er ikke alltid det fornuftige skal styre oss,

slipp av og til det irrasjonelle til.

Hunden synes som å være det eneste som holder oss nedpå jorden i dag.
Med den i bånd eter vi og driter vi. Vi er et helt samfunn av dem; Hundeeierne.

Det er sosialt å drite i lag.

Vi blir kjent med andre som er ute og luffer vedhenget sitt.

Hunden er en slags icebraker, han er vårt påskudd for en flørt over gjerdet.

Derfor koster vi på ham baronens seng, Og det store hundeeetegildet, Nei det er ikke bare restemat og en gulrot i ny og ne. Her fråtses det i Pedegri Pal for millioner, og det i bunn og grunn bare for å ha en følgesvenn, et vedheng, og en flørt med naboen.

Kosttilskudd

Kosttilskudd er ment som et tilskudd til vanlig kost.

Lover og regler for kosttilskudd reguleres av næringsmiddeloven, og skal derfor overholde de samme krav og retningslinjer som mat. Kosttilskudd skal ikke være legemidler eller ordinære næringsmidler, men skal komplettere kosten med næringsstoffer i konsentrert form.

Vårt vanligste kosttilskuddet er Tran

Folk flest har vokst opp med tran som en del av den daglige rutinen.

Hvorfor er tran så næringsrikt?

En skje Tran gir deg 1,2 g naturlige omega-3 fettsyrer fra fisk og vitamin A, D og E. Fettsyrene EPA og DHA bidrar til hjertets normale funksjon*. Vitamin D bidrar til immunsystemets normale funksjon. Vitamin A bidrar til å opprettholde normalt syn og til immunsystemets normale funksjon. Vitamin E bidrar til å beskytte cellene mot oksidativt stress

Vitamininnholdet i tran tilsier også at det også er bra for huden.

Visste du forresten at Møllers tran har egen nettbutikk?

<https://www.mollers.no/produkter/>



Ved slanking bør man ta tilskudd av vitaminer og mineraler, for eksempel i form av et multivitamin tilskudd.

Røykere kan ha behov for mer vitamin C enn andre.

Stort alkoholinntak fører til økt behov for B v (Vitusapotek.no)



Det er uten tvil en god ide å ta vitaminer om du ønsker deg bedre hud. Bio-selen er et av mange tilskudd som gir bedre hud.

Eivind H

"Shakin' all over"

Den ultimate rockesang er europeisk og britisk. Det er Johnny Kidd and the Pirates: Shakin' all over fra 1960.

Den ble også en nummer en hit i Storbritannia, men det tok faktisk litt tid til sangen hadde spredd seg til resten av verden, og fått den plass i rockehistorien den har i dag.

Teksten er viktig for forståelsen av sangens nedslagskraft. Den er basert på et munnhell Johnny Kidd og hans kamerater i mellom; Når de så en spennende jente kunne de si: " Hun gir meg skjelvinger i membranen."

Sånn følte nok tenåringsgutter flest, og sånn ble teksten til Shakin' all over unnfanget. Komponert av Johnny Kidd og med noe av det fineste rockegitararbeidet noensinne av Joe Moretti, langt forut for sin tid.



Sangen ble som sagt ikke spredd til andre land enn England i første omgang, og er for mange mest kjent i coverversjoner som The Guess Who's versjon i Canada i 1965 eller Swinging Blue Jeans versjon fra 1963 på albumet Hippy hippie Shake. Ellers har sangen vært spilt inn eller fremført av en rekke artister, fra David Bowies Tin Machine, til Suzi Quatro, Cliff Richard og Humble Pie. The Who og The Kinks må også nevnes da de ofte har hatt den på sitt konsertrepertoar.

Sangen er genial tekstlig, den treffer europeisk og britisk ungdoms gryende forelskelse og kåtskap og inntreden i de voksnes verden, og handler ikke om biler og coca som den samtidige amerikanske rocken. Egentlig er den universell og gir oss et bilde av tenårigenes verden som den er og bør være.

Liverpool Express

Du visste det kanskje ikke, men det var flere Liverpoolgutter enn John og Paul som sang og imiterte Everly Brothers på slutten av 50-tallet. Noen av dem kom som Beatlegutta til å slutte seg til en beatgruppe, og en av dem sluttet seg til The Mercybeats, en av Liverpools fremste. Navnet hans var Bill Kingsley. Mercybeats hadde noen single hits og ble etter hvert til Mercys. Vi kjenner deres *Sorrow* som også ble covret av "selveste" David Bowie på *Pin ups* albumet. For noen kanskje mest kjent i den versjonen.

Men vi skal videre. Først til gruppen Rockin' Horse, en gruppe Kingsley styrte sammen med en annen Liverpoolgutt, Kirbysmedlemmet Jimmy Campbell på begynnelsen av 70-tallet. (Kirbys var en annen Liverpoolgruppe og Jimmy Campbell en annen Everlys-imitator). Rockin' Horse ga bare ut en langspiller men den er tilgjengjeld legendarisk og et samleobjekt.

Men enda videre: Og nå kanskje til poenget. På 70-tallet startet Bill Kingsley sin gruppe Liverpool Express og jeg sitter her med en liten nyutgitt CD boks med tre CDer i. Inneholdende tre album + singler fra perioden fra 75 og noen år fremover. *Tracks*, *Dreaming* og *Lex*. Takket være den iherdige Cherry red labelen 7nT's er disse nå gjort tilgjengelig for oss alle i en liten boks kalt *The Albums*. Men før dere skrider til verket og fordøyer herligheten må jeg advare:

70-talls pop er ikke som 60-tallets. Den er ofte litt mer sidrumpet og "glossy", litt mer hurray. Men når det er sagt, la allikevel Bill Kingsleys Liverpool Express runge ut i din stue, og i ditt hjerte. Dette er nemlig bra! Skaff deg platene sporenstreds. De vil koste deg den ringe sum av 350 kr. Om du ikke synes musikken er fresh og up to date, så har boksen stor pophistorisk og kulturhistorisk interesse og er en sann godbit fra arkivet.

PS: Skal vi prøve en liten sammenligning og genrebestemmelse er dette litt som deres mer kjente bysbarn Paul McCartney drev med på 70-tallet. Litt Wingsk. Popmusikk en kunne vente av en 60-talls veteran. Gladmusikk.

På konsert i godstolen

Jeg kommer meg ikke ofte på konsert. Både fordi jeg ikke liker så godt å stå sammenklumpet i et svett lokale, og fordi de artistene jeg kunne tenke meg å se sjelden eller aldri kommer til Oslo, og det er der jeg bor. Noen av dem jeg liker er for øvrig døde for lengst, andre er jo gamle og skrøpelige.

Derfor er det alright med konsertplater og DVDer. I skrivende stund sitter jeg og hører på Strawbs CD av fjoråret: Live at Gettysburg. Der følger også med en DVD. Og nylig slapp både Jeff Beck og Jeff Lynne sine livsverk i konsertversjon på CD og DVD.

På denne måten kan jeg være på konsert hjemme i min egen stue og føle bruset fra folkemengden uten å føle det klamme presset.

Strawbs: Live at Gettysburg, Rites of spring festivalen er egentlig bare en liveinnspilling av Hero and Heroine albumet som kom på midten av 70-tallet, deres kanskje største suksess. Stemmen til Dave Cousins er kanskje enda mer brekende og forpint, og det hele en tanke mindre forsiktig enn originalen. Men la gå, artig lell.

Jeff Lynnes ELO holdt et heidundrandes party på Wembley stadion i fjor sommer og dette kommer til oss på en dobbel CD+ DVD under tittelen ;Wembley or bust.

Men hvor blir det av partyet når applausen fades kledelig mellom hvert kutt? Og låtene for øvrig er klin lik originalene. Vi kunne fått lov å delta i festen på en bedre måte synes jeg. Det blir noe visst fremmedgjort det hele.

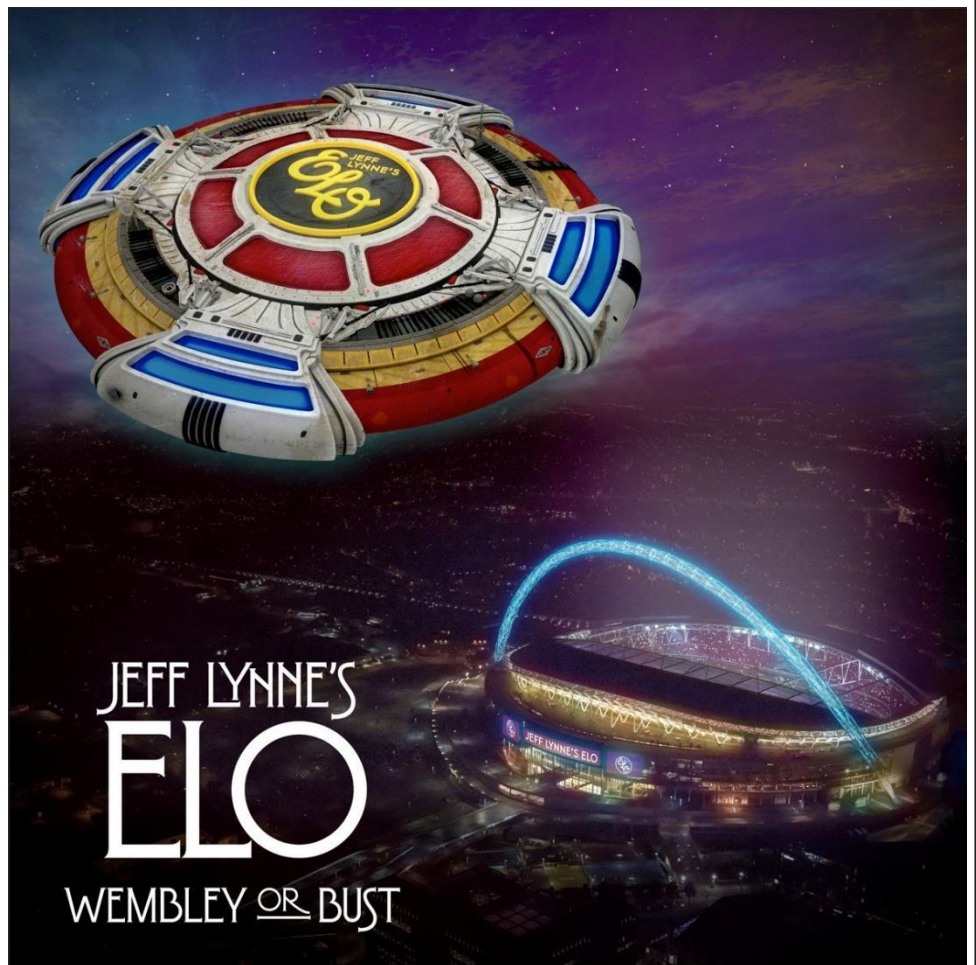
Dette kan du bedre Jeff.

Det eneste som er igjen til oss er Lynnes smule gigantomani og himmelstorm og det har vi vel egentlig hatt mer enn nok av.

Melodiene er selvsagt gode og de samme som på 70-tallet.

Terningkast 3,

Og dyr var den og!



Jeff Beck er også i det "storslagne" hjørnet fortiden, med 50årsjubileum over 2 CDer og DVD. Fra selveste Hollywood Bowl. Live at the Hollywood Bowl. Men her får vi konserten i redigert konsertform. Altså med både applaus og gjesteopptredener, og litt smalltalk som høyner stemningen. Jeff Beck er en av mine favorittgitarister, altfor lite påaktet, etter et langt liv i business, og innom de fleste genrer elektrisk gitar kan brukes i, rock, blues, jazzrock,- you name it! Her tryller han oss gjennom sin historie; Yardbirds, Beck Group, Jan Hammer, og litt også fra det siste albumet Loud Hailer. Godt fortalt og vi koser oss.

Dette er litt av hva jeg gjør i helgene, går på konsert i godstolen hjemme. Gjør meg det du etter!

Månedens musikk v/ESP

Honeybus-En glemt perle

I 1970 kom 60-tallets aller mest helstøpte kammerpop LP. Honeybus ga ut Story, etter å ha gått i oppløsning bare måneder før. Platen gikk dessverre u påaktet hen, men er i ettertid regnet som en klassiker.

Honeybus var egentlig Pete Dellos gruppe, og hadde hatt en forholdsvis stor pophit i 1967 med Can't let Maggie og komponert av ham. Etter et par forsøk kom altså hiten som ga Honeybus et glimt av storhet og berømmelse. Men etter dette takket Pete Dello for seg. Han ga seg på grunn av sviktende helse og for å gi oss en liten men viktig solokarriere. Sett i rockhistorisk sammenheng.

Men de andre, resten av bandet ville fortsette. Og i spissen Colin Hare. De spilte inn nok et par tre singler uten å få nevneverdig suksess og så altså denne langspilleren Story. Den kunne blitt liggende å støve i arkivene, men en av plateselskapets menn kom til å høre tapen og den ble til plate. Etter at bandet var oppløst. Ettertiden har verdsatt dette og i dag regnes platen til en av 60-tall klassikerne.



Colin Hare har fortsatt litt på egenhånd og har hatt en liten og obskur karriere helt for seg selv som soloartist. Jeg sitter her med hans CD fra 2008 Free together og den gir oss en høyst oppegående sint samfunnskritiker og countryrockartist. Her gir han villig vekk av sine meninger om de nære og de fjernere tildragelser. Jeg gledes! Finn ham og Honeybus og gjør det du også.

Vinterferie i uke 8, 19. – 23. februar



Er EL-fly fremtidens fremkomstmiddel?

I den senere tid har det kommet flere oppslag på nettaviser om det nye fremkomstmiddelet som ikke har drivstoff som sitt fremkomstmiddel. Høyt over jorden vil vi sveve i luften over land, tryggheten er også viktig for at vi skal gå om bord i ett fly. Vil vi føle oss "trygge nok" i dette fremkomstmiddelet?

Det har de siste årene blitt gjennomført flere tester for drift av el-fly for transport av mennesker. Testene har vært gjort med relativt små mengder mennesker (2-3 personer), og klarer å holde seg i luften i litt over 50 minutter.

Airbus har nå investert i fly for frakt av mennesker (80-90 personer) som de håper vil være klare til drift mellom 2030-2040. De tror dette vil kunne bli brukt på kort-distanse ruter, siden flyet har så lav vekt og lite utstyr om bord.

Avinor satser

Målet er at vi vil kunne legge om alle flyruter til det nye systemet for flygninger for fremtidens fremkomstmidler. Først vil de legge om de kort-distanseflygninger, Avinor mener at all flytrafikk i Norge vil være elektrisk innen 2040.

Avinor tror at luftferdsel kommer til å øke i stor grad fremover og de har miljøet i bakhodet for hva som påvirker oss. I dag brukes nesten fossilt brennstoff og håpet er at flere skal bruke mer biodrivstoff i fremtiden.

Etter søk på nettet kan vi se at flere har ønske om å få faste ruter for flyene fremover,



Trygt nok?

Utfordringen fremover blir å produsere fly som vi føler oss trygge nok. Håper er at etter gjentatte tester vil vise at det er et fullgodt alternativ til biodrivstoff-fly. Vi må huske på at det er ikke utrygt å fly for noen av oss og at vi er avhengige av at det er flypersonell som kan frakte oss trygge fram til neste stopp.

Mini-flyet var konstruert av lette materialer og drives av 36 el-drevne motorer og har i 2017 gjennomført flere testflyvninger. Flyet har en rekkevidde på 300 kilometer og en topphastighet på 300 kilometer i timen.

Informasjon funnet på www.elfly.dk, www.tu.no/artikler/avinor-all-flytrafikk-i-norge-elektrisk-innen-2040 og <https://www.va.se/nyheter/2016/12/06/skype-grundaren-investerar-100-miljoner-i-elektriska-mini-flygplan> Bilde: <http://static4.businessinsider.com/image/58455680dd089531448b4b3f-1000> Bjørn S

Vinter OL-utøvere

		1)								
			2)							
3)										
4)										
			5)							
			6)							
7)										

