

LOREN

TEMA
Løren-
dagen

SEPTEMBER 2015 Lokalmagasinet for oss som trives på Løren!

Klar for
**Løren-
dagen**

Lørdag 12. september

Festdag for hele familien // **SIDE 5**

Benedicte Adrian

Loser deg gjennom Lørendagen // **SIDE 5**

Økonomisk hjelp?

Nytt regnskapskontor på Løren // **SIDE 14**

Boligutvikling

Hold deg oppdatert // **SIDE 11**



Kalenderen

september

4*

DAGER IGJEN
TILLØRENDAGEN

80*

DAGER IGJEN
TIL JULEGRAN-
TENNING

202*

DAGER IGJEN
TILT-BANEN PÅ
LØREN ÅPNER

* Pr. 8 september

Snart ny nettside: løren.no

Se så; Lørendagen byr på en duett med Benedicte Adrian og Arild Rønsen, vokalist i pop/rock bandet "Beatles & Stones".



Jeg sneik meg inn på "Laura"

Men hva i all verden er "Laura"?

- Det er Løren kino den gang det kostet 1 krone og femti øre. Jeg pleide å pante flasker for å få nok til billetten, men det var ikke alltid det holdt. Butta det med penger måtte jeg snike da, vet du. De viste jo Tarzan! Forteller den mangeårige musikkjournalisten Arild Rønsen.

Men denne mannen driver med mer enn musikk. Som samfunnsdebattant har han titt og ofte gjestet Dagsnytt atten, og hva fotball angår dukker han med jevne mellomrom opp i TV-ruta. Og med hvilken logo? VIF, selvfølgelig!

Hva driver du med til daglig?

- Hver dag er jeg på treningsfeltet til VIFs A-lag, og det har resultert i tre bøker om Vålerenga. Ellers driver jeg mest med musikk.

Bandet ditt skal spille for oss på Lørendagen. Hvordan oppsto bandet med det smått beskjedne navnet "Beatles & Stones"?

- Det var veldig enkelt. Jeg fikk i oppdrag å oversette boken "Beatles vs. Stones – hva skjedde egentlig?" Da forlaget lurte på i hvilken form de skulle lansere boka, sa jeg; - Hvorfor ikke sette sammen et band og spille Beatles- og Stones-låter? Og det gjorde jeg! Funka bra, det. Nå har vi mange spillejobber, blant annet i Oslo og Lillestrøm – og ja, faktisk også på Svalbard.

Har du noen gang tenkt å lage din egen musikk?

- Det har jeg jo gjort, da! Har gitt ut to-tre plater. Du kan godt skrive at jeg ikke ble spesielt

rik av det, smiler Rønsen - som på ingen måte tar seg selv alt for høytidelig.

Du bor jo bare en langpasning fra Løren. Hva synes du om den storstilte byutviklingen her? - Kjempebra! Forutsett at utbyggingen av kollektivtransporten henger med. Og det gjør den jo! De som klager på kollektivtrafikken, er folk som ikke benytter den.

Arild Rønsen kan åpenbart mye om musikk, men vi aner en aldri så liten hobbypolitiker her også. Hadde det ikke vært for at musikken sto hans hjerte nærmest, kunne han sikkert – med sin bakgrunn som svært engasjert ungdomspolitikker i AKP(m-l)-rørsla – gitt en og annen politiker noe å bryne seg på. Noe han til en viss grad også gjør, med sin faste spalte hver fredag i Klassekampen.

Du var redaktør for musikkavisen Puls i mange år. Hvilken artist har gjort største inntrykk på deg – og i hvilken sammenheng?

- Det må bli Miles Davis. Jeg satt en halv meter unna trompeten hans da han spilte "Time after Time" på Sardine's. Det var som om han spilte den bare for meg. Rønsen blir tydelig beveget.

Du skal synges duett med Benedicte Adrian. Har du noe forhold til hennes musikk?

- Å ja! Jeg var så heldig å få følge Dollie de Lux på nært hold, under utviklingen av «Which Witch». Og jeg var fast gjest ved deres bord under diverse Spellemannpris-utdelinger. Det var en fantastisk tid, avslutter journalist, forfatter og vokalist Arild Rønsen.

5 på

Gleder du deg til årets Lørendag?



Desirée Lystad Hegsvold (37):

Tenkte akkurat på det. Det er jo snart. I år kommer jeg sammen med datteren min. Vi gleder oss!



Kevin Wright (44):

- Been here for five years, and every year I enjoy Lørendagen.



Knut Undli (76):

- Ja! Pleier å være ålreit, det.



Vibeke (43), Roger (43) og tvillingene Nora og Noah (6):

- Å ja! Vi har vært med på det før. Moro at det skjer ting i nabolaget.



Zafar Iqbal:

- Ja visst!

Bli med på Lørendagen!

Jeg trives godt her på Løren, og har truffet mange hyggelige folk siden jeg flyttet hit. Og som det heter: Når man trives, går jammen tiden fort. Ett år er allerede gått, og igjen er høsten i anmarsj. Det betyr også at Lørendagen er på trappene. Lørdag 12. september skal den årlige nabofestdagen avvikles. Tradisjonen tro blir det boligmesse ved Kanonhallen, stands med mange gode tilbud fra det lokale næringsliv, aktiviteter for barna ... Og ikke minst - mange spennende underholdningsinnslag fra scenen. Bakgårdsfesten ved Peppes Pizza var av ny dato i fjor. Det så ut til at mange syntes det var en hyggelig avslutning på dagen – så fra kl. 16.00 kan du og familien, venner og bekjente også i år kose deg med mat og drikke til hyggelige priser.

Vises!

Britt Nesteby Obrenovic
Redaktør

REDAKSJONEN

Ansvarlig utgiver: Erik Bruu
Ansvarlig redaktør:
Britt Nesteby Obrenovic
Tekst: Britt Nesteby Obrenovic
Foto: Britt Nesteby Obrenovic
Design: Gro.O Design &
bardusdesign.no
Prosjektledelse: RetailWorks

Opplag: 7.000
Annonsering: RetailWorks,
Ole Petter Nakken, 920 12 083
ole.petter@retailworks.no

Vi i redaksjonen ønsker å yte vårt beste, og da trenger vi selvfølgelig også DEG! Send oss gjerne Løren-tips, ris og ros.

britt.nesteby@hotmail.no

TEMA
Løren-
dagen



Festdag
for alle

Løren dagen

Lørdag 12. september kl 12



Bakgårds-
fest!
kl 16.00

Løren
dagen



Dagen du *ikke* vil gå glipp av!

12. september blir en fest for alle oss som bor på Løren. Og hvem skal lede oss gjennom dagen, om ikke selveste Benedicte Adrian?

”

Jann Finsveen er ny prosjektleder for Lørendagen. Sammen med tre andre driver han eventbyrået Sensum Experience. Finsveen er åpenbart rett mann; han har vært i bransjen i mange år - og vet hva som skal til for å lage god stemning.

Benedicte Adrian, mest kjent fra vår alles kjære popduo Dollie de Luxe, skal lose oss gjennom et forrykende show fra scenen. Det blir innslag fra kjente, litt kjente – og enda litt mer ukjente, lokale aktører.

Benedicte, du har jo hatt en fantastisk karriere. Hva var det som fikk deg til å begynne å synge?
- Jeg var litt fan av Anita Hegerland. Hun har nok vist litt vei. Men det var da ABBA vant Grand Prix, at jeg virkelig ble solgt. Det så ut som om de hadde det så gøy på scenen, og sånn ville jeg også ha det! ABBA har definitivt vært min store inspirasjon. Visste du forresten at jentene i ABBA tok operatimer?! Benedicte er åpenbart opprømt – hun, som allerede i en alder av ni år startet å spille orgel.

15 år gammel kom gjennombruddet, sammen med Ingrid Bjørnov.

- Den første låta Ingrid og jeg lagde på pikerommet, var en versjon av ABBA's "Summer Night City". Jeg elsker den! Det var da den låta ble spilt på radioen, at snøballen for alvor begynte å rulle. Jeg husker broren min ringte og sa at den var på radioen! Slutt og tull 'a! sa jeg.

Det gikk bare noen korte timer, før både NRK og noen plateselskap hadde vært på trå'n.

Det er lenge siden Which Which i London – hvordan er det å se tilbake på en karriere da du alltid var i sentrum av begivenhetene?
- Jeg er nok litt som katta, jeg. Den har ni liv, vet du. Jeg tipper jeg er på det fjerde livet, jeg nå. Liker ikke å kjede meg, så det må skje ting.

Hva bruker du mesteparten av tiden din på i dag?
- Sommeren har gått med til rydding og kasting

... og litt innkjøp av nye møbler. Ja, og så skal jeg jo ha julekonserter i Sinsen kirke. Det krever forberedelser.

Og før Benedicte inntar scenen her på Løren, går turen til Harstad hvor hun skal synge og være konferansier ved Arctic Race – et sykkelritt som går over tre dager.

Har musikkbransjen forandret seg de senere årene – og hvilke råd har du til nye unge talenter?
- Bransjen er så absolutt forandret. Det fins flere muligheter nå. Bra, men litt skummelt – fordi det kanskje er litt lite «filter». Den utrolig hyggelige og jordnære gullstrupen lener seg tilbake og blir tankefull.
- Hmmm ... mine råd til unge talenter? Vær utadvendt! Ikke vær frekk! Pass på originaliteten. Alle kan ikke være Mariah Carey. Finn ut hva, og hvem du er! Og behold særpreget!

Løren dagen

Konferansier:
Benedicte
Adrian

Boligmesse

LØRDAG 12. SEPTEMBER KL. 12

Fire eiendomsaktører blir å finne utenfor Kanonhallen denne dagen:

- / Lørenveien Utvikling A/S i regi av Stor-Oslo Eiendom, vil presentere boligprosjektet "Brødfabrikken", hvor det kommer ca. 500 nye boliger.
- / AF Eiendom i samarbeid med Høgh Eiendom står for utbyggingen på Arcus tomten. Prosjekt "Krydderhagen" vil romme totalt ca. 550 nye leiligheter.
- / OBOS/Veidekke Eiendom viser frem sine planer for "Gartnerløkka", med 240 leiligheter fordelt på fem hus.
- / Selvaag bolig gir innblikk i boligprosjektet Løren Stasjon, hvor det kommer 218 boliger.
- / Skanska Bolig presenterer boligprosjektet "Møllers Hage" med 170 nye leiligheter i Peter Møllers vei.

Boligmessen vil være åpen fra kl. 12.00 – 16.00.

Har du fortsatt god kontakt med Ingrid Bjørnov?

- Ja! Vi er veldig gode venner. Jann og jeg skal på hennes forestilling "Halve Kongeriket" 4. september. Ingrid vil alltid være en svært nær venn. Det avklarte vi allerede for 20 år siden. Hun er ærligheten selv – der kommer ting rett fra levra. Og når hun har et nytt konsept på gang, ringer hun gjerne og sier; "nå må du være helt ærlig, Benedicte – hva synes du?"

Du har bodd 13 år i Frankrike – hva var det beste med å komme tilbake til Norge?

- Det var å komme hjem! Og nordmenn! Hun ser skøyeraktig bort på samboeren Jann. - Det er ikke det at jeg ikke liker nylakkerte negler, høye hæler og fransk høflighet – men jeg er norsk, det var godt å komme hjem!

Tilbake til Lørendagen:

Sammen med Benedicte Adrian vil vi blant annet finne artister som duoen "Langslet & Meyer" (Geir Langslet fra Lava, og Christine Meyer fra Geir Wentzels Band), og pop/rock-bandet "Beatles & Stones" – som vil gi oss gode, gamle klassikere fra '60- og '70-tallet. Let it Be!

Men for all del – la oss ikke glemme danseopptredener og aktiviteter for barna, stands i gatene – og sist, men ikke minst, boligmesse. Her kan du sette deg inn i boligutviklingen på Løren, og kanskje finne leiligheten du ønsker deg?

BO på
LØREN
LØRENO

Gartnerløkka
LØRENVANGEN

FLERE BARNEHAGEPLASSER!

egen barnehage med fortrinnsrett for beboere

BEDRE KOLLEKTIVTILBUD!

splitter nytt T-banestopp fem minutter unna

MER GRØNTAREALER I OSLO!

fem mål gårdspark med frukttrær og bærbusker

MER LIV I BYBILDET!

alle leilighetene har uteplass eller balkong

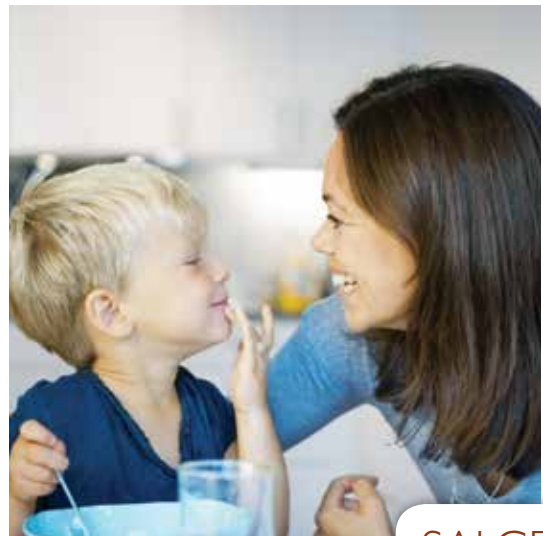


Kontakt OBOS prosjektselgere • prosjektsalg@obos.no
Hanne Larsen, tlf. 22 86 57 52 / 913 76 360
Ulf-Petter Binfield, tlf. 22 86 55 32 / 901 84 052
Anne Kari Sterten, tlf. 22 86 82 08 / 901 72 006

Velkommen til vårt visningscenter i Lørenveien 50
Tirsdag kl. 14–16, torsdag kl. 16–18 og søndag kl. 13–14
gartnerlokkabolig.no

ASTMA- OG
ALLERGI FORBUNDET
– for et bedre innklima

VEIDEKKE
OBOS



SALGET HAR
STARTET



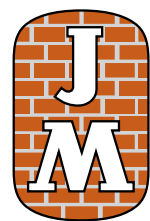
NÆR MARKA
OG BYEN

VELKOMMEN TIL IDYLLISKE LØKKEHAGEN

Løren: Løkkehagen er et nytt og barnevennlig boligområde beliggende på øvre Løren. Her bygges det 2, 3, 4 og 5-roms leiligheter hvor du kan nyte ettermiddagskaffen på egen balkong eller terrasse, mens barna utfolder seg på lekeplassen i Løkkehagens egen hage. Leilighetene omkranser et stort grøntområde og har barnehager, skoler og marka rett ved. På Løkkehagen kommer du tett på naturen – samtidig som du bor sentralt.

Visninger: I visningslokalet i Spireaveien 6
Onsdager 17-18
Søndager 14-15
Den Store Visningsdagen 20. sept 14-16
Areal: 41-130 m²
Kontakt: Tomas N. Gabrielsen,
905 76 700, tng@eie.no
Thomas Borg Rasmussen,
486 03 366, tr@eie.no

MANGE FLOTTE LEILIGHETER IGJEN - MELD INTERESSE PÅ JM.NO/LOKKEHAGEN



Hus du trives i



Nille har
flyttet!

Alt mulig-butikken

Ettersom jeg jobber i Lørenmagasinet, blir jeg kjent med lokalbefolkningen og det private næringslivet i området. Og Løren har mange hyggelige folk! Ida Kamilla Lien (32), daglig leder hos Nille, er så visst intet unntak i så måte.

Nille er en norsk lavpriskjede som ble stiftet i 1989. Kjeden har i dag ca. 360 filialer i Norge, og 31 i Sverige.

Ida har bodd i Oslo i fire år, men er opprinnelig fra Otta i Gudbrandsdalen. Hun har drevet den lokale Nille-butikken i to år, og trives godt på Løren.

Jeg bor på Grønland, midt i Oslogryta, så Løren blir for meg en blanding av by og der jeg er oppvokst. Jeg liker lokalmiljøet her, og spesielt de mange grønne lungene.

Nille har jo vært der siden tidenes morgen. Hva er konseptet deres?

– Vi er en sesongbutikk. For eksempel nå, som det er høst og skolestart, omorganiserer vi hyllene – og gjør plass til relevante produkter i tråd med årstiden og dens begivenheter.

Det er slett ikke vanskelig å se hva Ida mener. Da Lørenmagasinet kom på besøk,

var matbokser og skolesaker det første vi så. Vi prøver å gjøre det enkelt for kunden, slik at sesongproduktene står fremst i butikken. Når sommeren er over blir badesakene byttet ut med lys, lykter, pledd og andre ting som passer til høsten. Og sånn går det hele året.

Hvilken tid på året har dere mest besøk?

– Det er definitivt Halloween og julehøytiden, sier Ida idet hun må ta seg av nye kunder. Kanskje ikke så rart at nettopp Halloween og jula er gode salgsperioder. For er det én butikk som kan dette med lys i alle størrelser og fasonger, så er det Nille. De har til og med en såkalt lysgaranti: Er du ikke fornøyd med lyset du har kjøpt? Ja, da får du enten et nytt lys ... eller pengene tilbake!

Som mange andre butikker på Løren, har også Nille hatt en litt tung start. Men som daglig leder sier:

– Nå går det den riktige veien! Vi har fått en del stamkunder, men har også en jevn

økning av nye kunder. Med sine tre faste ansatte – pluss en på utplassering, samt nytt oversiktlig lokale – er Nille godt rustet til å ta i mot besøk av stadig flere lørenbeboere. Og Ida, hun gleder seg til T-banen kommer!

– Løren er jo så fint sted, men per i dag er det litt av en melkerute å komme seg hit. Heldigvis en saga blott om bare noen måneder.

Oppsummering: Nille, som kanskje for mange av oss var å regne som 10 kroner butikken, har forandret seg. Det er høyere standard og større utvalg. Men – det er fortsatt ganske billig.

NILLE
Tlf 9749 1186
man-fre 10-18
lør 10-17



Hjem

LØREN STASJON

VISNING

Søndag kl. 12-13
Tirsdag kl. 17-18
eller ta kontakt for
privatvisning.
Følg skilting fra
Sinsen/Lørenveien



Nye lekre selveierleiligheter på toppen av Oslo!

- 2-, 3- og 4 roms selveierleiligheter
- Størrelser fra 44 - 121 kvm BRA
- Romslige og solrike uteplasser
- Heis og parkering i garasje
- Grønne og trivelige uteområder
- Nye Løren T-banestasjon i umiddelbar nærhet

www.selvaagbolig.no/lorenstasjon

Kontakt oss for mer informasjon:

Stian Møller Karlsen, mobil: 900 78 712, e-post: stmk@selvaagbolig.no
Christine Løwø Johnsen, mobil: 951 72 353, e-post: clj@selvaagbolig.no

SELVAAG BOLIG



Det bygges som aldri før på Løren



Boligutviklingen – hvordan er egentlig stå'å? For å holde dere oppdatert på bybildet ... Vi tok oss en prat med noen av eiendomsaktørene.

//

Veidekke Eiendom, i samarbeid med OBOS, er ansvarlig for boligprosjektet "Gartnerløkka". Øystein Gundersen, prosjektleder hos Veidekke, er fornøyd med progresjonen:

- Alle prosjektets fire byggetrinn med til sammen 244 leiligheter, er nå vedtatt bygget. Siste byggetrinn med 97 leiligheter ble lagt ut for salg i april, og 60 prosent av disse er allerede solgt.

Gundersen forteller videre at de nå har solgt 80 prosent av alle sine boliger her på Løren. De første leilighetene vil bli overlevert i mai neste år. Siste byggetrinn er planlagt ferdigstilt høsten 2017.

Løren, som ligger sentralt i Oslo - med 10 minutter til sentrum og 10 minutter til Lillomarka - er et paradys for boligutviklerne. Riktig nok skal det sies at det per i dag faktisk er litt kronglete å komme seg til Løren.

På jakt etter bolig? Ta deg en tur innom boligmessen utenfor Kanonhallen 12. september!

Men med den nye T-banestasjonen som åpner 1. april 2016 (og det er ikke en spøk engang) – vips; så blir Løren et enda mer attraktivt sted å bo. Veidekke Eiendom/OBOS har i likhet med sine kolleger vært forut for sin tid:

De planlegger lansering av et nytt boligområde på Løren, nærmere bestemt langs Lørenveien der Vaktmesterkompaniet nå har sin virksomhet. Dette blir et større prosjekt, som vil inneholde over 500 leiligheter fordelt over flere byggetrinn. Prosjektet, som ennå ikke har fått noe navn, kan bli lansert omkring årsskiftet 2015/2016.

Så var det Selvaag Bolig - eiendomsaktøren som først så hvilket enormt potensiale Løren hadde. Allerede i 1999 kjøpte de store arealer med tanke på byutviklingen. Seksten år senere – og Løren fremstår som en egen liten by i Tigerstaden. Lørenpynten, et av Selvaags mange boligprosjekter, er nå allerede utsolgt. Her ferdigstilles 209 leiligheter fram mot sommeren 2016.

Hvilke andre prosjekter har dere på gang?

- Løren Stasjon. Her bygger vi 218 boliger. To bygg er allerede under bygging, og i midten av oktober begynner vi på to til.

Bård Sydow er prosjektleder hos Selvaag Bolig; han blir neppe arbeidsledig med det første.

Et av byggene som skal vende ut mot Peter Møllers Vei, vil også ha 750 kvadratmeter med næringsvirksomhet i 1. etasje. 52 av boligene som kommer her, ble lagt ut for salg i august.

Og folkens! Lørenmagasinet har gleden av å være den første som kan avdekke en liten hemmelighet: Vi skal få bowlinghall! Den blir liggende i underetasjen i et av byggene ved siden av Løren stasjon. Og ikke bare det – vi får også en stor kiosk/Narvesen, som vil ligge helt inntil stasjonen.

Selvaag Bolig har per i dag 1350 ferdigstilte boliger som er overlevert. Ytterligere 300 er på vei. Så skulle man vel tro at det snart ikke var flere tomter å oppdrive for boligbygging på Løren? Feil. Selvaag har kjøpt Lørenvangen 22, hvor det i dag er næringsbygg.

- Vi har satt i gang med omreguleringsprosessen, og regner med å starte byggingen av ca. 170 leiligheter her i løpet av 2017.

Og som om det ikke skulle være nok - Bård Sydow legger til:

– Ja, og så har vi jo sammen med Veidekke kjøpt tomten i Sinsveien 45-49. Her starter vi vel opp om ca. ett og et halvt års tid.

Boligutviklingen i bydelen vår ser ikke ut til å ha noen ende. Og bra er vel det, vi blir jo stadig flere folk i denne byen. Men hvor tar politikerne det fra - når de sier at det bygges for få boliger? De kan umulig snakke om Løren i hvert fall. For her går det unna!

I tillegg til Selvaag og Veidekke/OBOS: Stor-Oslo Eiendom er i rute med boligprosjektet "Brødfabrikken". AF Eiendom/Høeg Eiendom følger tidsplanen med sine 550 nye leiligheter i "Krydderhagen", som er en del av Hasle Linje.

Og Skanska Bolig, som er den femte og siste eiendomsaktøren i nabolaget vårt: Boligprosjektet deres, "Møllers Hage" i Peter Møllers Vei, vil komme med 170 nye leiligheter i alle størrelser.

Da gjenstår det vel bare for oss å si: På jakt etter bolig? Ta deg en tur innom boligmessen utenfor Kanonhallen 12. september!



Gartnerløkka, OBOS og Veidekke



Løren Stasjon, Selvaag Bolig



Løren Stasjon, Selvaag Bolig

Har du orden i sysakene?

Personlig service



Trivelig mandag med Tor, Petter og Jarle på Løren Torg.

Uavhengig av størrelsen på en bedrift... Det er alltid viktig å ha orden på økonomien.

I november 2014 flyttet Vekstra Sentrum Regnskap A/S inn i sine nye lokaler her på Løren. De tilbyr det meste innenfor regnskapsføring og økonomisk rådgivning. Lørenmagasinet møtte daglig leder Petter Skaar, kontorleder Tor Olsen, og advokat Jarle Hovsengen. Det ble en informativ og trivelig mandag formiddag. Jarle, som driver sitt eget advokatfirma - Hovesengen - er tilknyttet regnskapskontoret, slik at kunder som også trenger advokatbistand kan få det hos oss, sier kontorleder Olsen.

Vekstra Sentrum avd. Panorama-Løren, har tre ansatte som hjelper bortimot 300 kunder årlig med å holde orden på økonomien. Ettersom firmaet har lang fartstid i regnskapsbransjen, har de et vidt spekter av yrkesgrupper: Designere, musikere, fotografer, leger, byggefirmaer og mange flere. Alt tyder på at kundene er fornøyde. De har nemlig seksdoblet omsetningen siden 2006!

Hva skyldes denne utrolige oppgangen?
Daglig leder Petter Skaar tar ordet: Vi har flotte kompetente folk, og de er opptatt av firmaets motto: Yte personlig service! En viktig del av konseptet vårt er

å kjenne kunden... Tor Olsen, som for øvrig selv er lørenbeboer, supplerer: Det er kjempeviktig å snakke med kunden, ta en kopp kaffe og bli litt kjent. På den måten er det lettere å kunne skreddersy løsninger etter den enkeltes behov. Regnskapskontoret, som ligger midt på Løren Torg med inngang fra Leyringsgt. 2, kan altså hjelpe deg med mange ting. Ikke minst selvangivelsen som for mange av oss kan være en vrien liten sak – enten det nå er næring eller privat. Eller kanskje du skal starte ditt eget firma?

På spørsmål om det er noe i den gamle myten at regnskapsførere kan være litt kjedelige og tørre, kommer det momentant, men skøyeraktig fra denne muntre gjengen: Det er revisorer, det! Nei da, selvfølgelig har vi også lover og regler vi må holde oss innenfor. Men selv om regnskap kan virke kjedelig på mange; det kan gjøres på en morsom måte, bare man holder en lett tone.

Fritiden til disse gutta er i hvert fall et godt bevis på at regnskapsførere er alt annet enn kjedelige. Her går det i elgjakt, sjakk – og sport og idrett.



Ika og Siti hos Vekstra Sentrum Regnskap, hjelper deg gjerne med å få orden på økonomien.

Hver torsdag, fredag og lørdag

1/2 PRIS
på tex-mex fra Old El Paso og Santa Maria

Finns oppskrifter og tips på MENY.no!

08-21 (08-20)
Tlf. 23 05 86 00

MENY Løren

MENY.NO

Unn deg god indisk høstmat

20%
på all mat i restauranten på Lørendagen 12. september (gjelder ikke takeaway)

Take away **22222600** og bordbestilling

Sanjays Indian *sanjay*

Indisk restaurant med spennende retter for både store og små

RESTAURANT ♦ BAR
Lørenveien 44
Mandag-torsdag 15-22
Fredag-lørdag 15-23
Søndag 15-22



Hold deg varm på beina :)

Høsten og vinteren står for tur. Og det er på denne årstiden vi som oftest pådrar oss en forkjølelse og influensa.

Min kloke mamma var vel kanskje over gjennomsnittet når det gjaldt å være beskyttende overfor sine barn. Så fort det var frost i bakken var det på med den stikkende strømpebuksen – for ikke å snakke om den lange, uregjerlige trøya som måtte dekke rompa, slik at vi ikke fikk blærekatarr når vi satt på bakken. For at vi ikke skulle bli forkjølet, var det spesielt én ting som gjaldt: Hold deg varm på beina!

Men hvorfor blir vi egentlig syke av å fryse? Forskere har de senere årene kommet fram til at kulde kan øke risikoen for å bli forkjølet. Riktig nok er det ikke kulda i seg selv som er årsaken; det er et virus som gjør deg syk. Kulda legger bare forholdene til rette.

Når viruset befinner seg i kroppen, trives det best i 37 grader – men utenfor kroppen har viruset lettere for å overleve i kalde temperaturer.

Dermed øker sjansen for at baseluskenes overlever til de finner bostetting i en ny kropp.

Common Cold Centre ved Cardiff University er et ledende kompetansesenter for kliniske studier og forskning rundt forkjølelse og influensa. De har funnet en liten sannhet i det våre mødre lenge har påstått: Å være kald på beina, kan faktisk være en utløsende faktor til at vi blir forkjølet. Smitten skjer via luftbårne dråper, og via hendene. Ta derfor forhåndsregler: Vask hendene ofte, og husk gode og varme klær på vinterstid.

Boots apotek i Lørenveien er ikke av de største. Men med et oversiktlig lokale, er det lett å finne hjelpemidler dersom høstens forkjølelse melder sin ankomst. Vi kan også fortelle at vårt lokale apotek antageligvis får et enda bedre lokale, når de etter alt å dømme flytter virksomheten inn på Løren torg. Uansett: Husk å hold deg varm på beina!

BOOTS
Tlf 23 05 55 60
hverdager 9-17
lør 10-15



Høstbøker



Høsten er i anmarsj, noe som igjen betyr boklanseringer det norske folk kan glede seg over på sene høstkvelder.



Når kjærligheten råder ... også i bokhandelen

Da Lørenmagasinet tok en tur innom Norli bokhandel, som holder til inne på Løren Torg, fikk vi en prat med både kunder og daglig leder Sofia Larsson (32).

De to unge herremennene Ulrik (12) og Aksel (8) Dybesland var på handletur med mor. Og disse gutta var på ingen måte nybegynnende lesehester.

Ulrik, som lenge har vært interessert i historie om 2. verdenskrig, liker å lese bøker av Grimberg. Men denne gangen ble det "Gutten i den stripete pyjamasen" av John Boyne – mens lillebror Aksel foretrekker forfatteren Andy Griffith, "Gutta i det enorme trehuset med 39 etasjer".

Daglig leder Sofia Larsson gleder seg over at det er mange barn på Løren som er glad i å lese. Det er mange nyetablerte barnefamilier her, så vi selger en del barnebøker.

Selv har hun alltid likt å lese, men det var først i en alder av 19 år at interessen for bøker på alvor ble vekket. Den sjarmerende sjefen på Norli har tidligere jobbet hos Libris i Oslo, men det var i hennes hjemland Sverige karrieren innen bokbransjen startet.

Hvordan havnet du så i Norge?

Det var kjærligheten det, vet du. Jeg kom hit for ca. to og et halvt år siden, smiler Sofia. Hun bor på Sagene sammen med kjæresten.

Høsten er høysesong for nye bøker. Er det noen du kan anbefale?

Det kommer masse bøker, men jeg tror det er spesielt to som kommer til å gjøre det bra: Jojo Moyes som skrev "Et helt halv år", kommer med den nye romanen "Etter deg". Og Jan Guillou kommer med den femte i serien "Det store århundret" – "Blå Stjerne".

Sofia trekker pusten før hun litt beskjedent, men tydelig stolt legger til:

Ja, og så må jeg få lov til å nevne min kollega Mari Tveita Stagrim. Hun jobber her som ekstrahjelp, og i høst kommer hun ut med sin første bok. En lyrikkbok som heter "Alle nyanser av sinne".

Norli bokhandel her på Løren er ikke av de største. Men til tross for at det kan være stille i perioder, er folk flinke til å benytte seg av den lokale bokhandelen. Om du ikke skulle finne det du er ute etter, er det bare å spørre betjeningen – så bestiller de det du trenger, forteller daglig leder, som stortrives med å jobbe i en liten bokhandel.

NORLI
Tlf 918 90 073
man-fre 10-18, lør 10-17
norli.no



Møllers Hage



Peter Møllers vei 15 - Kommer for salg!

- Gode planløsninger
- Barnevennlig
- Din egen grønnsakshage
- Størrelser fra 39 - 134 m²



Illustrasjon

Les mer på mollershage.no

Kjøpmann Håvard Pedersen
på REMA 1000 Lørenveien
ønsker liten og stor
velkommen til en
hyggelig handel =>



Psst!
Forsmak på høstglede?



59⁰⁰
PR. PK

FÅRIKÅLKJØTT AV LAMMEBOG, FRYS

Frys, Ole Ringdal, 59,00 pr. kg

Gjelder REMA 1000 Lørenveien i kampanjeperioden - Kun til private husholdninger. Vi tar forbehold om eventuelle trykfeil og at noen varer kan være utsolgt.

REMA 1000

STERK

HELSE • TRENING • KOMPETANSE

Komme i gang med trening? Sliter du med plager i muskel og skjelettsystemet?

STERK stiller på stand på Lørendagen 12 Sept. Våre trenere og klinikere står klare til å svare deg på spørsmål.

På STERK finner du;

- Et fullbemannet treningssenter med moderne utstyr.
- Moderne sal og sykkeltimer. Få individuell oppfølging i gruppe.
- Meget kompetente personlige trenere.
- Markedets beste åpningstider, med personell på jobb bestandig.
- Et treningssenter som fokuserer på helse.
- Som beboer på Løren får du et rabattert medlemskap!
- En klinikk med profesjonene Kiropraktikk, Fysioterapi, Osteopat og Muskelterapeut.
- Ingen ventetid på behandling, time på dagen!

Vi kan hjelpe deg med dine mål eller plager- Uansett utgangspunkt!
På Lørendagen vil vi i tillegg tilby et eksklusivt tilbud på medlemskap!



Vi ses:)

www.sterktrening.no

POSESALG! 400,-

4 produkter til kun

Produkter fra Wella, Kms, Ref m.m. Tilbudene gjelder kun på Lørendagen.

99,-

RENATI
straight hold
glaze



699,-

Før 1.199,-
RETTETANG



Tlf. 22 89 09 00

www.zagaharstudio.no Timebestilling / Drop In / Nettbestilling

ZAGA Hårstudio

Nordisk stil med blingser



Oppdag Nord på Hasle!

Visste du at det ligger et sjarmerende lite serveringssted ved den gamle Arcus-tomten?

Mange av oss som bor på Løren har kanskje ikke utforsket området vi bor i godt nok. På bakeri- og kaffehuset Nord- Hasle, finner du mat til liten – og til stor.

Da vi i Lørenmagasinet en søndag formiddag dro for å finne dette stedet, ble vi positivt overrasket. Midt i smørøyet, hvor det kommer boliger på den ene siden og næringslokaler på den andre siden, fins et koselig lite lokale med små kafébord utenfor.

Vi rusler inn og blir møtt av en særdeles blid og hyggelig dame bak disken. Mimmi Andersson (22) er daglig leder for Nord- Hasle som åpnet dørene i april i år.

Her var det kjempefint! Men er dere ikke litt bort-gjemt? - Det var definitivt et optimistisk valg å starte filial her, mens all utbyggingen pågår. Men det er utrolig hvordan folk greier å finne fram. Selv om vi ikke har vært her så lenge, kommer det folk fra hele nabolaget. Løren, Hasle og Keyserløkka, forteller Mimmi entusiastisk.

Konseptet til kafé Nord, som har fem andre filialer i Oslo, er enkel: De lager alt fra bunnen av, og kjører en nordisk stil med blingser, salater og andre småretter. Sensommerens nykommer er grillblingser – og den er tydeligvis populær. Bare mens vi er på besøk, kommer det flere familier og spør etter menyens siste tilskudd.

En familie på fire fra Keyserløkka er svært fornøyd med den nye kafeen. - Vi kjente til konseptet fra filialen på Grünerløkka. Da vi så på facebook at de også hadde åpnet en avdeling her i nabolaget – ja, da visste vi hvor søndagsturen skulle ende.

Med tanke på at Løren og omegn utvikler seg til å bli et urbant bomiljø ... Kafé Nord har skjønt hva som skal til.



- I løpet av oktober får vi også skjenkebevilling. Da kan du bestille vin og øl – i tillegg til forskjellige småretter som supper, spekemat, syltede kantareller – ja, i det hele tatt, en slags nordisk tapas.

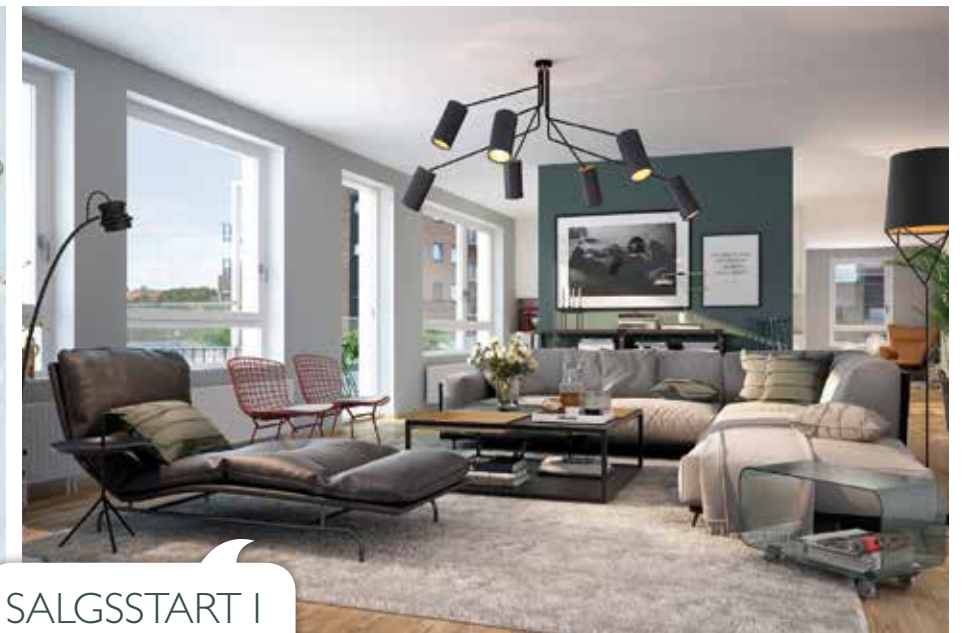
Mimmi smiler og ønsker oss velkommen tilbake – før hun igjen må lage blingser til nye kunder.

NORD HASLE
Haslevangen 16
Tlf 948 10 667
Man- fre: 07.30-15
Lør-søn: 10-16

nord



SALGSSTART I
SEPTEMBER

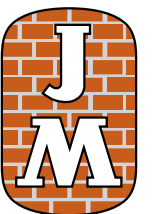


PARKFØLELSE
RETT UTENFOR

VELKOMMEN TIL STILFULLE **SPIREA PARK III**

I Spirea Park på Løren frister parkopplevelsen rett utenfor din egen dør: Med fire etasjer på to hus kan du kjenne gress mellom tærne rett utenfor ditt eget hjem. Velg blant 8 ulike leilighetstyper, fra 2-roms til 6-roms-leiligheter. Med kun 13 enheter på hvert hus, blir leilighetene lyse og gjennomgående med lysinnfall i to eller tre himmelretninger. Ta solen med deg inn gjennom store vinduer fra gulv til tak, eller nyt en etterlengtet pause på din egen uteplass. Alt i nærheten av hovedstadens mange impulser.

MELD INTERESSE OG FÅ INVITASJON TIL SALGSSTART PÅ JM.NO/SPIREAPARK3



Hus du trives i

Løren dagen

VINN FINE PREMIER!

Registrer deg som Lørenvenn og motta nyhetsbrev. Premier trekkes på Lørendagen!

1 premie kr 5 000 hos interiørbutikken Houz

2 premie kr 3 000 indisk mat hos Sanjays

3 premie kr 2 000 hos frisøren Zaga

Registrer deg her

navn: _____

e-post: _____

telefon: _____

Levér denne slippen utfylt på Lørenmagasinets stand på Lørendagen eller registrer deg som Lørenvenn på selve dagen og vær med i trekningen!



**ADVOKATFIRMA
HOVSENGEN**
Tlf 91624090.

BOOTSAPOTEK
Tlf 23 05 55 60
hverdager 9-17
lør 10-15

HOUSE OF NERDS
tirs-fre 15-22.30
lør-søn 10-23
mandag stengt
houseofnerds.no

HOUZ
Tlf 911 35 533
man 12-18
tirs-fre 10-18
lør 10-17
houz.no

KANONHALLEN
Tlf 958 66 985
kanonhallen.no

**LEARN
KJØRESKOLE**
Tlf 21 60 75 40
learn.no

**BEAUTY CONCEPT
HUDKLINIKK**
Tlf 4053 4000
man-fre 10-18
lør 10-16
Kveldsåpent
etter avtale
beautyconcept.no

LØREN RENS
man-fre 9-19
lør 9-17

LØRENKLINIKKEN
Tlf 21 08 28 00
man-tors 8-19
fre 8-15
lorenklinikken.no

MENY
Tlf 23 05 86 00
man-fre 8-21
lør 8-19

NILLE
Tlf 97 49 11 86
man-fre 10-18
lør 10-17

NORLI
Tlf 918 90 073
man-fre 10-18
lør 10-17
norli.no

PEPPES PIZZA
Tlf 22 22 55 55
man-ons 11-23
tors 13-23
fre 11-23
lør-søn 13-23

**SANJAY'S INDIAN
RESTAURANT & BAR**
Tlf 22 22 26 00
man-tors 15-22
fre-lør 15-23
søn 15-22

SILVER DINER
Tlf 93 93 89 00
man-tors 11-23
fre 11-23.30
lør 12-23.30
søn 12-21.30
silverdiner.no

**SOLSTUDIO
CITYSUN**
alle dager 7-23

**STERK
HELSE, TRENING
OG KOMPETANSE-
SENTER**
Tlf 21 08 28 00
man-tors 6-22
fre 6-21
lør 9-18
søn 10-19
lorenklinikken.no

UMAI SUSHI
Tlf 21 45 37 60
man-fre 12-21
lør-søn 13-21
umaisushi.no

**VEKSTRA SENTRUM
REGNSKAPA/S**
Tlf 469 119 11/
900 23 675
panorama-regnskap.no

WAYNES COFFEE
Tlf 21 44 54 85
man-fre 7:30 - 18
lør 10-18
søn 10-18

ZAGA HÅRSTUDIO
Tlf 22 89 09 00
salong, gateplan:
man-tors 9-19
fre 9-18
lør 9-16
drop in, løren torg:
man-fre 10-18
lør 9-16
zagaharstudio.no



LØREN

Et godt sted å bo!