



Bæringen



Kortreist sommerlykke!

Sammen skaper vi fremtiden
MANGFOLD RAUSHET BÆREKRAFT

HVEM & HVA I BÆRUMSPOLITIKKEN

Eldrerådet

Eldrerådet er et rådgivende organ for kommunen i alle saker som gjelder eldre.

Rådet har rett til å uttale seg i disse sakene, og gi anbefalinger og innspill. Rådet kan også ta opp saker på eget initiativ. Formålet med elderrådet er å sikre en bred, åpen og tilgjengelig medvirkning for eldre.

Ta kontakt!

For å kunne være talerør for kommunens eldre ønsker Eldrerådet en god meningsutveksling med seniorer i Bærum når det gjelder saker som angår og engasjerer eldre. Rådet oppfordrer derfor alle som har noe på hjertet til å ta kontakt med medlemmene i Eldrerådet. Mer informasjon finner du på www.baerum.kommune.no/eldreradet.



BAK FRA VENSTRE: Berit Evju, Jon Rogstad, Arne Melsom, Svein Sørli, Sverre Conradi (leder)

FORAN FRA VENSTRE: Gunvor Berge Svenberg, Lisbeth Hansen, Jeanne Billehaug, Ragna Berget Jørgensen, Anne Elisabeth Braathen (nestleder).

baerum.kommune.no/eldreradet

Medlemmer**2023-2027:**

Sverre Conradi (leder), Anne Elisabeth Braathen (nestleder), Jeanne

Billehaug, Berit Evju, Ragna Berget Jørgensen, Reidar Kristian Karlsen, John Kjekshus, Arne Bull Melsom, Jon Rogstad og Svein Sørli

Politiske møter

Møtene kan følges på baerum.kommune.no. Vi tar forbehold om endringer.

Eierutvalget: 11. juni

Eldrerådet: 13. august

Formannskapet:

12. og 18. juni, 14. august

Hovedutvalg for aldring og mestring: 5. juni, 21. august

Hovedutvalg for frivillighet, idrett og kultur: 4. juni, 20. august

Hovedutvalg for helse og velferd: 6. juni, 20. august

Hovedutvalg for klima, miljø og utvikling: 5. juni, 21. august

Hovedutvalg for oppvekst og utdanning: 4. juni, 20. august

Klageutvalget: 11. juni

Kommunestyret: 19. juni

Kontrollutvalget: 11. juni

Planutvalget: 13. juni, 15. august

Råd for personer med funksjonsnedsettelse: 12. august

Ungdomsrådet: 14. august

Utvalg for samarbeid: 13. august

Sommer i Bærum

Det kan være fristende å dra langt av sted for å se og oppleve noe i sommer. Husk at det for de fleste av oss er masse uoppdaget også i Bærum!

Kortreiste opplevelser kan senke tempoet både for små og store, i tillegg til at det koster mindre – og ikke minst er det bedre for klimaet – enn å reise langt av gårde.

En dagstur til en av øyene i Bærumsskjærgården på en godværsdag gir sommerfølelse som sitter i lenge. Telttur og overnatting i Bærumsmarka er et fint barndomsminne for

mange av oss – og absolutt noe vi kan videreføre til generasjonene som kommer etter.

Bærum har så mye å by på! Lange, lyse sandstrender, et fantastisk øyrike, Bærumsmarka med markahytter og uendelige turmuligheter – både til fots og med sykkel. En topp-tur til Kolsåstoppen med fantastisk utsikt over store områder. Turstiene elvelangs, enten det er langs Lomma, Øverlandselva, eller Lysakerelva. Pilegrimsleden.

Vi har en rekke små museer, som Kultur på hjul,

Lommedalsbanen, Emma Hjorth museet og ikke minst Grinimuseet, hvor det er mye å lære om vår nære historie. Og vi har et museum i verdensklasse, Henie Onstad Kunstsenter, som denne sommeren blant annet viser utstillingen Atlanterhavet.

På Bæums Verk finner du også det historiske handelsstedet – hvor handel, kultur og håndverk er knyttet tett sammen.

Restauranter og kaféer av alle slag finner du i hele Bærum. Uansett hva planene dine er i sommer, så håper jeg du også

tar deg tid til å utforske noe du ikke har prøvd før i hjemkommunen din. Du finner flere tips i denne utgaven av Bæringen.

Riktig god sommer!

Lisbeth Hammer Krog
ordfører



Foto: Elena Garm



Bekkestua er et av områdene Snarvei-prosjektet allerede har kartlagt. Denne snarveien går mellom brannstasjonen og Gjønnes t-banestasjon, og er et av stedene det skal komme opp skilt i sommer.

Hvor er din snarvei? Den vil kommunen gjerne vite om.

Gående skal prioriteres i Bærum. Det slår kommuneplanens samfunnsdel fast.

RAGNHILD I. HOEM

– Kommunen har et nett av snarveier, og flere av dem er godt brukt og kjent av innbyggerne. Gode snarveier kan gjøre det raskere, enklere og mer attraktivt å gå, forteller leder for Snarvei-prosjektet, Karolina Brzezina i Vei og trafikk.

Viktige i hverdagen

Snarveien som kutter et hjørne, går gjennom der det ellers ville vokst busk og kratt, eller skrår nedover en bakke der veien egentlig går rundt – kanskje er det akkurat den som gjør at du rekker bussen om morgenen?

– Tilbudet til gående i Bærum er mange steder bra, men driften vinterstid, og noen ganger hele året, kan være en utfordring. Snarvei-prosjektet skalfå flere til å gå eller sykle ved å gjøre det enda mer praktisk for innbyggerne å bruke snarveier i hverdagen, forteller Brzezina.

– Skilting av snarveiene er viktig for å gjøre dem tilgjengelige for

alle, også de som ikke er så godt kjent i et område.

Samlet inn snarveier fra innbyggerne

Høsten 2023 begynte kommunen å samle inn informasjon fra innbyggere på Eiksmarka, Rykkinn og Bekkestua om hvilke snarveier de brukte.

– På bakgrunn av dette har vi fått et kartgrunnlag for snarveier i de tre områdene, forteller Brzezina. I

tillegg er det utviklet en metode for å kartlegge snarveiforbindelser i andre områder. Den nye metoden, det såkalte «snarveihjulet», skal kunne overføres til resten av kommunen.

– I 2024 skal vi sette ut skilt i de tre første områdene. Målet er at snarveier i alle skolekretser og knutepunkt i Bærum blir kartlagt og tilgjengelige, forteller Brzezina.



Prosjektleder for Snarvei-prosjektet, Karolina Brzezina, kartlegger snarveier for å gjøre dem mer tilgjengelige. Her peker hun mot snarveien gjennom Bestemorskogen og ned til Bjørnsvika. Prosjektet har foreløpig ikke kartlagt snarveier i Sandvika.

FAKTA ■

- Snarvei-prosjektet skal kartlegge snarveier som innbyggerne i Bærum bruker i hverdagen, slik at disse kan merkes og vedlikeholdes.
- Prosjektet begynte i 2023 med en kartlegging av snarveier i skolekretsene Eiksmarka og Rykkinn, og på Bekkestua.
- Planen er at de første snarveiskiltene kommer på plass innen utgangen av juni 2024.
- Prosjektet fortsetter i 2024. Vil du lese mer om prosjektet, eller har du en snarvei du ønsker å melde inn? Se www.baerum.kommune.no/snarvei

Aldersvennlig bolig – en god investering for fremtiden

En av tre nordmenn har tanker om hvilken type bolig de ønsker for å få en god alderdom. Og jo eldre vi blir, jo mer setter vi pris på å kunne bo hjemme. Det viser tall i undersøkelsen Helsepolitisk barometer.

SOFIE META

– Det er viktig at man tar ansvar for eget liv og egen bolig, og gjør det man kan for å få en fin alderdom som er tilpasset livssituasjon og behov, sier ergoterapeutene Elise Guldbert Bjørkli og Caroline Aarvik

Ta grep tidlig

Er din bolig egnet å bli gammel i? Det kan være lurt å gjøre seg noen tanker og ta grep mens man fremdeles har god helse, eller når du skal pusse opp eller flytte. Det er en god investering for fremtiden og egen selvstendighet.

Tips til tilrettelegging:

Inne

- Soverom, bad og kjøkken på en flate.
- Fjerne terskler.
- Brede dører.
- Unngå overmøblering.
- Fjern snublefarer som tepper og løse ledninger.
- God belysning.

Kjøkkenet

- Ha tingene du bruker ofte lett tilgjengelige og i riktig høyde slik at du slipper å klatre, strekke deg eller knele.
- Noe å sitte på og plass til beina under kjøkkenbenken.
- Komfyrvakt.

Bad

- Bedre med dusj enn badekar.
- Sklisikring.
- Toalett i riktig høyde slik at det er lett å sette seg ned og reise seg opp.
- Støttehåndtak i dusj, ved toalett og/eller på inn-/utside av dør.



Er du ustø eller har vanskelig for å stå over lengre tid kan det være lurt å ha noe å sitte på når du lager mat. Med plass under kjøkkenbenken får du plass til beina. Illustrasjonsbilde: Shutterstock

Stue

- Ha møbler det er lett å reise seg fra. Bruk for eksempel pute i godstolen eller møbelforhøyerer.
- Sørg for ryddige ganglinjer.
- Ha telefonen ved siden av deg.

Soverom

- God høyde på seng så du lett kan reise deg. Bruk for eksempel forhøyningsklosser eller ekstra madrass.
- Åpen passasje til toalett.
- Nattplys.
- Telefon på nattbord.

Gang

- Noe å sitte på.
- Skohorn.
- Skomatte til å fjerne vann og grus for å forhindre vannansamlinger som kan føre til fall.
- Bøtte med strøsand lett tilgjengelig vinterstid.

Inngangsparti

- Trinnfri adkomst.
- Heis hvis du bor i blokk.

- Dører du lett klarer å åpne også om du bærer handleposer eller bruker rullator.
- Overbygg for å unngå is, snø og regn rett ved døren.
- Noe å sitte på.
- Rekkverk på begge sider av atkomst til boligen.
- Unngå ujevnt terreng.
- God belysning.



Ergoterapeutene Caroline Aarvik og Elise Guldbert Bjørkli deler gode tips for å kunne bo hjemme lenge.

Hvis du eller dine pårørende har gjort tiltakene beskrevet her, og det fortsatt er behov for tilrettelegginger, kan du ta kontakt med kommunens ergoterapeuttjeneste på tlf. 67 50 88 00. Åpningstid mandag–fredag kl. 9.00–11.00 og 12.00–13.00.



Bli med og spill bocce i sommer! Her fra bocce på Henie Onstad seniorsenter. Foto: Eva Mesel Bøystad

Sommer på seniorsentrene

Henie Onstad, Ringhøyden, Rykkinn og Østerås seniorsenter holder åpent på alle hverdager i sommer, fra kl. 08.00-15.30.

ASTRID GIÆVER MARVIK

Seniorsentrene har egne kokker som lager fristende kafédisker med herlige påsmurte rundstykker, nystekte vafler, salatboller, høye smørbrød og lekre kaker. Vi kan også friste med 2-retters middag med kaffe fra kl. 13.30 – hver dag. Middagsmenyene ligger ute på

hjemmesiden og facebooksidene til seniorsentrene. Sjekk nettsiden for åpningstider ved de øvrige seniorsentrene: www.baerum.kommune.no/seniorsentrene

Seniorsentrenes program for høsten 2024

Kom innom et av våre sentre for å hente fysisk program eller les det digitalt på www.baerum.kommune.no/seniorsentrene

Her er noen aktiviteter du kan delta på i sommer:

- **Henie Onstad:** Bocce onsdag og søndag kl. 12.00. Søndagsåpen kafé kl. 11.00.
- **Østerås:** Bocce onsdager kl. 11.30. Quiz fredager kl. 12.15.
- **Ringhøyden:** Formiddagstrim kl. 10.45 alle hverdager

Kom alene, eller ta med en venn!

Utleie på Treklang

Treklang er en av kommunens største investeringer noensinne, og består av Oksenøya barneskole, barnehage og sykehjem. Visste du at det er rom til leie i alle byggene? På hverdager etter kl. 17 er det mulig å leie lokaler på Treklang, enten det er til bursdagsfeiring, kor-øvelse, møte for lag og foreninger – eller noe annet du trenger et passende rom til. Utleieaktivitetene skal legges til rette for at nærmil-

jøet og innbyggerne selv kan skape gode møteplasser.

Kom med innspill!

Har du innspill til generasjonsmøter, aktivitet av og for seniorer, eller for alle beboere på Fornebu? Vi ønsker innsikt og innspill til hva som rører seg i området! Du når innbyggerkontakten på telefon 45 73 12 60 eller e-post: treklang@baerum.kommune.no



Smått og stort fra bærumssamfunnet

Åpne dager på Sæteren Gård

Alle hverdager i uke 26, fra kl. 10 til 14, inviterer Bærum Turlag til åpne dager på Sæteren Gård. Sæteren Gård ligger idyllisk til i Bærumsmarka, og er et eldorado for små og store. Klatretårn, hinderløype og eventyrsti er noen av aktivitetene man kan være med på disse dagene. Aktivitetene er tilpasset barn i 1.-5.klasse, i følge med en voksen. Arrangementet og alle aktivitetene er gratis og åpne for alle, men man må melde seg på innen 19. juni på Bærum Turlag sin hjemmeside. Se [f Bærum Turlag](#) eller Sæteren Gård for mer informasjon.



Venneforening for CAN-senteret i Altea

Bærum kommunes opptrenings- og rehabiliteringssenter i Altea i Spania, CAN-senteret, har fått en venneforening. Gjennom «Venner av CAN» kan Bærums innbyggere bidra til å ta vare på og videreutvikle senteret. Foreningens hovedoppgave er å være talerør for CANs brukere og deres pårørende. Mer informasjon: www.venneravcan.no



Sandvika Pride 2024

Søndag 16. juni er det klart for Sandvika Pride Parade 2024! Pride står for inkludering, frihet, respekt og kjærlighet. Oppmøte kl. 11 foran rådhuset. Paraden går kl. 12. Etter paraden blir det fest i Bakgården i Sandvika. Mer informasjon: www.sandvikapride.no

Organisasjoner, institusjoner, næringsliv, lag og foreninger, privatpersoner, skoler, politiske partier, barn og voksne - alle er velkomne til å delta i

paraden. Har du og din organisasjon lyst til å gå under en egen parole? Ta kontakt med kimberley.pallenschat@baerum.kommune.no



Høl i CV-en ble «Mangfold lønner seg»-bedrift

I mai mottok kaféen Høl i CV-en sertifiseringen «Mangfold lønner seg» fra Globale Bærum, en organisasjon som arbeider for å fremme mangfold i Bærums næringsliv. Høl i CV-en gir arbeidserfaring og nettverksmuligheter til unge og personer med hull i CV-en.

– Siden oppstarten i 2018 har vi jobbet målrettet med inkludering og mangfold. Vi setter stor pris på å bli anerkjent og sertifisert som en «Mangfold lønner seg»-bedrift, sier tjenesteleder Kenneth Strand. Høl i CV-en ligger på Kadettangen i Sandvika.



Gartnerveien barnehage – Bærums spesialbarnehage

Gartnerveien barnehage har plass til ti barn med sammensatte funksjonsvariasjoner og tilbyr plasser til barn fra hele kommunen. Hvert barn får tilpasset oppfølging fra spesialpedagoger, barnehagelærere, vernepleiere, barne- og ungdomsarbeidere, og helsefagarbeidere. I august 2023 overtok kommunen driften av barnehagen fra Østre Bærum Sanitetsforening. Barnehagens nye adresse er Forneburingen 250. Barnehagen inviterer familier som vil lære mer om tilbudet på besøk. Kontakt: kristin.tjemsland.dalane@baerum.kommune.no





Skolestarterne Philip og Tobias viser stolt frem insektshotellet de har laget sammen med resten av skolestartergruppa i Eikelia barnehage.

Snart klare for skolestart

Nå forbereder 1529 barnehagebarn i Bærum seg til skolestart. Kjente sanger, lek og spill skal gjøre overgangen enklere.

RAGNHILD I. HOEM

– I går var vi på skolen og møtte fadderne våre, og så sang de Eike-li-blues for oss, forteller Tobias fra Eikelia barnehage. Sammen med Philip skal han begynne på Eikeli skole til høsten.

– Vi møtte rektor også. Vi kjenner noen som går på skolen allerede, forteller Philip.

Kjente sanger og leker

Sammen med skolestartergruppa har de spilt Villkatten, lekt Hauk og due og sunget "Stopp! Ikke mobb"-sangen. Dette er noen av grenseobjektene i Bærum, som barna skal kjenne igjen fra barnehagen når de kommer til skolen. I tillegg leser de eventyret om Skinnvot-ten, i likhet med alle de andre skolestarterne i kommunen. – Det gir en trygghet å møte noe kjent når du er på et nytt sted, sier pedagogisk leder på avdeling Tellus, Tina Frog Stangeland.

Øver på friminutt

Hun tror den største forandringen for barna blir at skolen er så mye større. – Da hjelper det at de har vært der på forhånd, og vet hvor ting er. Vi øver mye på selvstendighet det siste året i barnehagen. Det gjelder påkledning og toalettbesøk, men også å kunne finne på leker på egenhånd i friminuttene, og å samles når det ringer inn.

Gleder seg

– Jeg gleder meg til å få nye venner, sier Tobias. – Og til å lære bokstaver – og spille fotball! sier Philip. Begge vet allerede en del om hva man gjør på skolen. – Vi kommer til å få lekser, det er spennende, synes Tobias. – I gym trener man, tar push-ups – og yoga, mener Philip.

Tina ser frem til å få årets skolestartere på besøk når det har gått noen måneder. – Da har vi gjen-synsfest. Førsteklassingene kommer tilbake og forteller om hvordan de har det på skolen. Det er alltid hyggelig – og veldig fint for det neste kullet med skolestartere, legger Stangeland til.



Philip, Tobias og pedagogisk leder på avdeling Tellus, Tina Frog Stangeland.

Tips til skolestart

- Øv på å gå til skolen.
- Snakk med andre foreldre eller skolen om gå-grupper, slik at flere kan ta følge til og fra skolen.
- Bli kjent med de andre foreldrene i klassen.
- Snakk positivt om de andre foreldrene og barna i klassen.
- Snakk positivt om skolen og hverdagen med læring.
- Forbered deg på at du vil ha mindre kontakt med personalet på skolen enn du hadde med barnehagen.

Kilde: www.foreldreutvalgene.no/fub og www.foreldreutvalgene.no/fug

Sommer i Bærum



Storøyodden:

Nydelig bade plass ytterst på Storøya på Fornebu. To sandstrender, kiosk og serviceanlegg, strandvolleyballbaner og treningspark. Tilrettelagt for funksjonshemmede.

Kadettangen: Park, badestrand, stupetårnet «Svanen» og «Sjørøverskuta». Utenfor Sjøholmen barnekunstsenter kan du dykke ned til Norges første undervanns skulpturpark, laget av kunstneren Jason Taylor

Mer informasjon:
www.sjoholmen.com

Foto: Bærum kommune/ Jason Taylor



Bade plasser

- 1 Burudvann
- 2 Østernvann
- 3 Bogstadvannet/Kråka
- 4 Smedtangen
- 5 Rolfstangen
- 6 Pelvikodden
- 7 Halden brygge
- 8 Fürst brygge
- 9 Storøyodden
- 10 Sarbuvollen
- 11 Båtstøjordet
- 12 Høvikodden
- 13 Borøya
- 14 Kalvøya
- 15 Kadettangen

www.baerum.kommune.no/badeplasser

Pilegrimsleden: Følg pilegrimsleden gjennom Bærum fra Fåbro til Amtsbrua og se mange kulturminner på veien. Du kan også gå Tunsbergleden gjennom kommunen. Pilegrimsleden går forbi middelalderkirkene Tanum og Haslum, gjennom villaområder, kulturlandskap og skogstrekninger.

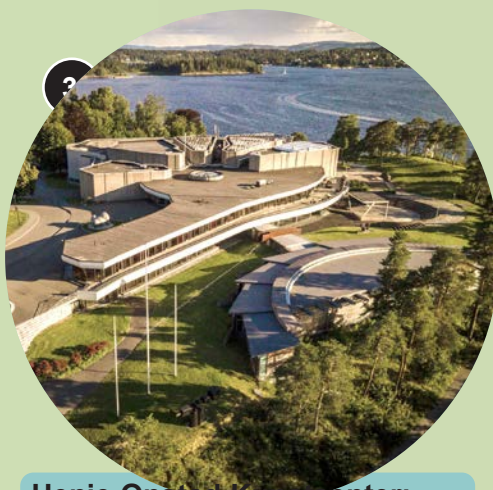
Mer informasjon: www.pilegrimsleden.no

For sommeråpne kirker, se baerum.kirken.no

På naturfestival.no og baerum.dntoslo.no finner du flere turforslag.



Kolsastoppen: Klatrefelt og fint turmål med fantastisk panorama-utsikt utover Bærum, Oslo og Oslofjorden.



Henie Onstad Kunstsenter:

Ledende arena for nasjonal og internasjonal billedkunst, med mange spennende utstillinger og aktiviteter på programmet i sommer. Skulpturparken er alltid åpen, fin å gå tur i og verdt flere besøk. Se www.hok.no for mer informasjon. Foto: André Løyning / Henie Onstad Kunstsenter



Bærum Verk: Historisk arkæologisk og handelssted med skulpturpark, butikker, serveringssteder, gallerier og verksteder. Se www.baerumsverk.no for mer informasjon.



Bærum har fantastiske turmuligheter og mye å oppdage for liten og stor. Her er noen smakebiter. Oversikt over restauranter, opplevelser og det som skjer i Bærum i sommer finner du på www.destinasjonbaerum.no

Nyt sommeren i Bærum!

Fornebu: Flytårnområdet med aktive kunstnere. Bærum Kunsthall, Kultur på hjul, Varmesenteret, flere serveringssteder, Punkt, Nansenparken, spektakulær kunst og arkitektur, naturreservat og flotte strender på Storøyodden, Pelvikodden og Rolfstangen.



Bærumsmarka: Uendelig med turmuligheter. Fine startsteder for turer i Bærumsmarka kan være Fossum, Skytterkollen, Årnes, Tobonn, Burud og Lommedalen. Hva med en dukkert i Østernvann eller Burudvann? Oversikt over markahyttene finner du på: www.baerum.kommune.no/markahytte



Lysakerelva: Markerer grensen mellom Oslo og Bærum. Verne skog, kuperte stier, viltre fosser og stryk. Spennende kulturminner på veien.



Kyststien: Det er mange flotte turer langs kyststiene i Bærum. Se www.oslofjorden.com for mer informasjon.

Sandvikas skjærgård: Utenfor Sandvika ligger et fantastisk øyrike, som kan nås med kajakk eller egen båt – eller med fergene Rigmor og Rigfar, som går fra Rigmorbrygga på elvepromenaden i Sandvika. Mer informasjon om øyhopping i Bærumsskjærgården på side 10 og følg med på www.rigmor.no

Kalkstien: Følg de hvite kalkovnermerkene på stien fra Levretoppen mot Dæliveien, og lær om kalkproduksjonen, som var en viktig inntektskilde for folk i Asker og Bærum gjennom 700 år. Ca. 2 km. lang tur.

Seks grønne sykkelturner

Sandvika – Vøyenenga – Bærum verk

Sykle fra Sandvika mot Vøyenenga, og ta turveien oppover langs elva Lomma mot Bærum verk. Du kan også begynne turen fra Wøyen gård.

Sandvika – Fornebu – Storøyodden

Sykle Sandviksveien og fortsett mot Henie Onstad Kunstsenter. Herfra kan du følge kyststien til Høvikstranda, ta av opp Glassverkveien og fortsett over Hestenga mot Fornebu. Innerst i Holtekilen kan du legge ut på sti igjen, mot Storøyodden.

Fornebu – Jar

Begynn for eksempel i Nansenparken og følg sykkelveien mot Lysaker. Fortsett på sykkelvei oppover langs Lysakerelva, og ta av mot Jar etter Granfossen.

Kadettangen – Sæteren gård

Sykle langs Elvepromenaden mot Løkketangen, herfra tar du opp Leif Larsens vei og inn i Skytterdalen. Fortsett langs Solbergbekken mot Løkeberg, og følg så Bærumssveien til du kan ta inn på turveien langs Øverlandselva. Følg denne til Åsterudveien, og fortsett på Gamle Ringeriksvei til du kan ta inn på Murenveien til Sæteren gård

Sandvika – Øverlandselva – Stubberud skogpark

Sykle langs Engervannet og fortsett opp langs Øverlandselva. Følg turvei mot Gjønnestjordet. Fortsett mot Hosle til Sauejordet og Stubberud skogpark.

Ballerud – Bekkestua – Hagabråten – Bogstadvannet

Sykle fra Ballerud golfbane, forbi Øvrevoll, forbi Grini golfklubb og opp til Bogstadvannet.

Mer informasjon:

www.baerum.kommune.no/sykkel og [f Sykkel i Bærum](#)

Mer informasjon om hva du kan se og oppleve i Bærum, finner du også på www.visitgreateroslo.com og www.baerum.kommune.no/sommer

Kadettangen



Fra Kadettangen kan du ta fergene Rigmor og Rigfar ut i Sandvikas øyrike dersom du ikke padler eller seiler for egen maskin.

Kalvøya

Kalvøya ligger nærmest Sandvika, med flotte tur- og bademuligheter hele året. Hit kommer du via Kalvøybroen fra Kadettangen.



Borøya

Borøya har fin sandstrand, knauser, store gressletter og flere ulike skogstyper. Flotte bade-, tur- og teltmuligheter for hele familien.



Nesøya

Flere isbåter farer rundt i øyriket. Enten du er ute med egen båt eller har slått deg til på en strand, kan du være heldig og treffe på en av dem!



Brønnøya

Brønnøya har flotte turmuligheter. Fergene Rigmor og Rigfar anløper tre brygger på øya. Ligger i Asker kommune.

Langåra

Langåra er en langstrakt øy med gode bade-, telt- og fiske- muligheter.



Høvikodden

Øyhopping i Bærumsskjærgården

Utenfor Sandvika ligger et fantastisk øyrike. Du kan øyhoppe med egen båt, eller ta de **vernedede** trefergene Rigmor og Rigfar fra Elvepromenaden. Hopp om **bord** og opplev Bærumsskjærgården i sommer! Rundtur (minicruise) er et **alternativ** dersom du ikke vil gå i land noe sted, men bare oppleve skjærgården. Med Rigmor eller Rigfar tar turen ca. 1,5 time. I skjærgården finner du **både** øyer med fastboende og hytter, naturreservater og friområder, **store skoger** og idylliske sandstrender. For informasjon om rutetider: www.rigmor.no

Kjeholmen

Grimsøya

Ostøya

Ostøya er Bærums største øy. Øya har en rik flora og mange sjeldne plantearter. Store deler av øya er naturreservat. Stranden mot Store Oustsund, mellom Brønnøya og Ostøya, er friområde.



Rigfar på vei inn mellom Brønnøya og Ostøya. MS Rigmor er Norges eldste rutegående treferge. Både Rigmor og Rigfar ble vernet av Riksantikvaren i 2022.

Haraholmen

Haraholmen er den minste øya hvor Rigmor og Rigfar legger til kai.



Høyherholmen

Høyherholmen ligger utenfor Langåra, og huser blant annet Tomm Murstads sjøleir.

Gåsøya

Torvøya

Brannfarer i søpla

Mange vet at batterier ikke skal i restavfallet. Men hva med bursdagskort som spiller musikk?

HELENE VIKTORIA ABUSDAL

De siste årene har det vært flere hundre branner i norske gjenvinningsanlegg. Mange av disse skyldes batterier som er kastet i rest- eller papiravfallet.

Alle produkter som bruker strøm eller batteri

Elektronikk er produkter som går på strøm eller batteri, som tv-er og mobiler, blinkende joggesko og bursdagskort med musikk. Slike produkter er det farlig å kaste i restavfallet. De skal leveres som EE-avfall på Isi, mens små produkter også kan leveres til *Isi på hjul*. Du kan også levere ødelagt elektronikk tilbake til butikken.

Prøv å reparere!

Elektriske produkter inneholder råvarer som hentes ut fra gruver på andre kontinenter, og det er store utslipp forbundet med utvinning. Derfor er det en fordel om produktet kan repareres. Sjekk med produsenten eller en lokal reparatør – kanskje er det bare en liten del som må byttes.



Foto: Åsa Marie Mikkelsen, Loop

VIKTIG! For å hindre brann kan du tape over polene på batteriene, så de ikke kommer i kontakt med hverandre.

Åpningstider for Isi: www.baerum.kommune.no/isi
Informasjon og åpningstider for Isi på hjul:
www.baerum.kommune.no/isipahjul

Bål og grilling - hva er lov?

Det er så hyggelig å lage middagen ute i naturen om sommeren! Men hva er lov når det gjelder bål og grilling? Her svarer brannvesenet på noen vanlige spørsmål.

Vi har tenkt oss på tur, kan vi tenne bål?

Fra 15. april til 15. september er det generelt bålforbud i Norge. Det betyr at man ikke kan fyre opp bål i skog og annen utmark. Du kan imidlertid fyre bål dersom det åpenbart ikke kan føre til brann. Det er også tilrettelagte bål- og grillplasser i Bærum som kan benyttes.

Er det lov å bruke primus eller stormkjøkken?

Det kan benyttes i de tilfeller der det åpenbart ikke er fare for brann. Sørg for stadig og brannsikkert underlag, slik at det ikke begynner å brenne om anretningen velter.

Kan jeg bruke engangsgrill?

Dette kan du bruke også i bålforbudsperioden, bortsett fra i skog og utmark. Pass på at underlaget er brannsikkert og hold god avstand brennbart materiale. Hold oppsyn hele tiden og slukk rikelig med vann. Grillen kastes i grillcontainer.

Kan vi grille på stranden?

Stranden vil oftest regnes som



utmark og vil da være omfattet av det generelle bålforbudet. Hvis det åpenbart ikke fører til brann, kan du bruke engangsgrill eller tilrettelagte griller.

Før du legger ut på tur, sjekk alltid brannindeksen på yr og [f](https://www.facebook.com/askerogbaerum) Asker og Bærum brann og redning for oppdatert informasjon. Du kan også gå inn på nettsiden www.abbr.no/bal

Husk at du selv alltid er ansvarlig. Er du i tvil om det er trygt, dropp det!





Bærum idrettspark på Rud

Bærum idrettspark er åpen for både organisert idrett og publikum syv dager i uken.

Anlegget inkluderer blant annet svømmehall med 50-meters basseng, Bærum ishall og friidrettsstadion som er åpen for publikum.

Utendørsaktiviteter

Idrettsparken tilbyr også en rekke utendørsaktiviteter som rullski-løype, street basket, sandvolley-

baner og en treningspark som kan benyttes av alle. Om vinteren er det bandybane på anlegget, og om sommeren settes det opp tennisbaner og hockeybane.

Bærum idrettspark har også en friidrettshall, fotballhall, fleridrettshall og styrkerom som er forbeholdt skolebruk og organisert trening gjennom idrettslag, kretser og forbund.

Mer informasjon:
www.baerum.kommune.no/bip

Velkommen til Signaturtorget – Bekkestuas nye møteplass

Signaturtorget ligger vest for Nadderudveien, mellom biblioteket og Signaturgården. Her er det benker og et amfi der man kan sette seg ned - kanskje du vil nyte en is eller drikke i solen? Sitteplassene har strømuttak, slik at du kan lade mobilen samtidig. Her er også en liten lekeplass. Det er mulighet for å arrangere mindre konserter og arrangementer på plassen. Ønsker du å lage et arrangement på Signaturtorget kan du fylle ut søknad på nettsiden: www.baerum.kommune.no/torg-og-gatesalg



Ny fase for Bekkestua øst-prosjektet

Arbeidene med å lage nytt gatevarmeanlegg og nye, bredere fortau langs fasadene på begge sider av Gamle Ringeriksvei, går inn i en ny fase fra august. Anleggsarbeidene innebærer at Gamle Ringeriksvei fortsatt vil være stengt for gjennomkjøring. Bilister fra Frøytunveien og Kleivveien kjører via Musikantbroen, mens de fra Skansenveien og beboere i nye Bekkestua Have kjører via rundkjøringen i Jens Ringsvei.

Midlertidig gang- og sykkeltrasé vil bli skiltet. Alle parkeringshus er åpne. Anleggsperioden for denne fasen er planlagt fra august til november 2024.





– Dette løftet for Tanken er med på å etablere et internasjonalt musikkproduksjonsmiljø i byen vår, sier daglig leder Claus Fibiger (innfelt).

Tanken Studios – en storsatsing på Sandvika som musikk- og kulturby

– Tanken er et unikt sted for musikkproduksjon i Norge. Utfra miljøet her har det vokst frem et næringsliv, og som kommune har vi sett muligheten for å stimulere denne veksten, forteller Claus Fibiger, daglig leder for Tanken på Hamang i Sandvika.

RAGNHILD I. HOEM

I juni åpner 16 nye, moderne musikkstudioer i Tankens lokaler på Hamang. Til sammen har Tanken Studios nå 37 musikkproduksjonsrom og studioer med svært høy standard.

– Tanken Studios er svært viktig for utviklingen av Sandvika som kraftsenter for kultur og kunnskap, sier kultursjef Berit Inger Øen. – Dette næringsnettverket og produksjonslokalene bringer kreative næringer hit, og er med på å styrke Sandvika som musikk og kulturby.

Viktig samspill mellom næringsaktørene og kommunen

– Uten selskaper som Toothfairy, som startet i Sandvika og har vokst frem til å bli Norges største uavhengige plateselskap, og Luft

Studios, som også har vært med helt fra starten og er en del av fundamentet for musikkbransjen i byen vår, hadde vi ikke hatt et musikkmiljø i Sandvika å bygge videre på, sier daglig leder på Tanken, Claus Fibiger.

– Ingen selvfølge

– Tanken eksisterer fordi disse aktørene har gitt så mange talenter muligheten til å skape en karriere. De har gjort Sandvika til en musikkby. Det er fint at vi som kommune har evnet å forstå verdien i et slikt miljø, være i dialog med dem og legge til rette for utviklingen. I tillegg har kommunen valgt å gjøre musikk til en tydelig del av identiteten til Sandvika. Det er ikke en selvfølge at Sandvika skal være en musikkby. Dette løftet for Tanken er med på å etablere et internasjonalt musikkproduksjonsmiljø i byen vår, og grunnfeste denne identiteten, sier Fibiger.

300 nye arbeidsplasser

Fibiger forteller at virksomheten på Tanken skaper nye arbeidsplasser, både innenfor musikk og kultur, men også i andre bransjer – som

regnskap og økonomi, transport, kommunikasjon, servering, design og bygg.

– Målet er 300 nye arbeidsplasser knyttet til kulturnæringen i Sandvika, og vi er på god vei!

Åpen møteplass og kafé

Til høsten åpner det også en kafé og en møteplass i første etasje, som er åpen for alle. Her vil det bli mulig å leie lokaler til arrangementer og lignende.

FAKTA ■

- I juni åpner 16 nye studioer i Tanken Studios på Hamang i Sandvika. Til sammen har Tanken 37 musikkproduksjonsrom og studioer med svært høy standard.
- Svært mange kjente artister har vokst ut fra miljøet på Tanken, og flere av de mest spilte poplåtene i landet lages i dag på Hamang.
- Kommunen leier ut lokaler og bidrar med tilrettelegging for selskapene som etablerer seg på Tanken.
- Andenæs Eiendom er gårdeier.

Rubrikkannonser

Vi tar forbehold om at arrangementer kan bli avlyst og åpningstider endret. Neste nummer kommer ut i august 2024. Frist for materiell: 10. juni. Annonsene sendes til baeringen@baerum.kommune.no

BARNEVERNVAKTEN

Akutt-tjeneste i Asker og Bærum utenom barneverntjenestens kontortid. Hjelp til barn og unge i alderen 0–18 år og deres familier. **Kontakt:** tlf. 67 50 47 70, Kjørboveien 22, Sandvika.

STØTTEKONTAKTER OG BESØKSHJEM

Barnevernet søker støttekontakter og besøkshjem. **Kontakt:** barneverntjenesten@baerum.kommune.no

ASKER OG BÆRUM KRISESENTER

Gratis, døgnåpent tilbud til kvinner, menn og deres barn, som er utsatt for vold i nære relasjoner. **Kontakt:** tlf. 67 50 83 83. www.baerum.kommune.no/krisesenter

AKUTTHJELP TIL BARNEFAMILIER

Målgruppe: familier med barn 0–12 år. Det må foreligge helsemessig begrunnelse fra fastlege, helsesøster eller annen instans.

Mer info: www.baerum.kommune.no eller tlf. 67 50 89 10/46 80 94 44.

RÅDGIVNING

RUS OG PSYKISK HELSE

Målgruppe: innbyggere over 18 år med utfordringer knyttet til rus, psykisk helse eller andre sosiale problemer. Tjenesten er gratis, og du trenger ingen henvisning. **Kontakt:** tlf. 67 50 76 55.

RASK PSYKISK HELSEHJELP

Trenger du støtte til å håndtere hverdagen? Rask psykisk helsehjelp er et tilbud til deg over 18 år som har lettere psykiske vansker. **Kontakt:** raskpsykiskhelsehjelp@baerum.kommune.no eller telefon 67 50 41 79. Se www.baerum.kommune.no/rph for mer informasjon.

PSYKISK HELSETEAM FOR FLYKTNINGER

Hos psykisk helseteam for flyktninger kan flyktninger få snakke med en psykolog eller en psykisk helseveileder. Tilbudet er gratis, vi har taushetsplikt og vi kan bruke tolk. Ring eller send SMS til tlf. 45 65 16 31 eller 40 40 59 04.

FRISKLIVSSENTERET

Strever du med inaktivitet, overvekt,

livsstilssykdommer eller andre helseutfordringer? Ønsker du hjelp til å få en sunnere livsstil for barna og familien? Frisklivssenteret er en forebyggende helsetjeneste, som tilbyr støtte til å endre levevaner innen kosthold, fysisk aktivitet, tobakk og til å mestre helseutfordringer. **Kontakt:** Frisklivssenteret på tlf. 974 02 798 eller frisklivssenteret@baerum.kommune.no. Se www.baerum.kommune.no/friskliv for mer informasjon.

FRITID OG AVLASTNING SØKER AVLASTERE

Flere familier trenger avlastere for barn/ ungdom. Fleksibel arbeidstid: ettermiddag/ kveldstid/natt og helger. **Mer info:** Mona Halvorsen-Kvamme tlf: 90 71 02 28, Marianne Rognum tlf: 47 78 28 79 og Karoline Bernhoft-Osa tlf: 95 07 70 28.

HOME-START FAMILIEKONTAKTEN BÆRUM 0–16 ÅR

er et foreldrestøtteprogram for barnefamilier i Bærum. Har du 2–4 timer i uken og vil skape magiske menneskemøter? Vi søker frivillige som vil hjelpe - gå gratis kurs hos oss med oppstart både høst og vinter/vår. **Mer info:** 93 40 08 90/ 92 82 42 76 www.home-start-norge.no

LYST TIL VÆRE GUIDE FOR EN FLYKTNING I BÆRUM?

Flyktningguiden i Bærum Røde Kors trenger flere frivillige guider til å møte en flyktning et par timer i uken. Slik blir flyktningen kjent med språk, kultur og lokalsamfunn. Og kanskje det viktigste; et medmenneske å stole på og støtte seg til i en krevende etableringsfase.

Mer info: Kontakt Bærum Røde kors, tlf. 901 02 048, eller e-post: baerum@redcross.no.

LEIE MØTEROM I KOMMUNEGÅRDEN?

På ettermiddagen har Kommunegården et stort utvalg av møterom som innbyggere, organisasjoner og frivilligheten kan bruke. Mer informasjon finner du på: www.baerum.kommune.no/kommunegarden

SENIORNETT BÆRUM

Seniornett arbeider for digital ink-

ludering av seniorer. Bli med på våre en-til-en veiledninger i bruk av PC, Mac, nettbrett og mobil. For mer informasjon: <http://www.seniornett.no/lokalforening/baerum> eller barum@seniornett.no

VIL DU BIDRA TIL DEN KULTURELLE SPASERSTOKKEN?

Den kulturelle spaserstokken skal gi kulturopplevelser til eldre som ikke kan oppsøke kulturtilbud selv. Lokale musikere, artister, kunstnere og andre kulturaktører oppfordres til å sende inn programforslag. Programforslaget skal inneholde beskrivelse av bidraget, sjanger/uttrykk, lengde og pris for 12–15 forestillinger. Programforslag sendes: harald.waugh@baerum.kommune.no innen 15. september.

Språktilbud til flyktninger



Norsk Folkehjelp er en av flere frivillige organisasjoner som tilbyr språkkafeer for innvandrere og flyktninger i Asker og Bærum.

– Jeg tror språkkafeene er et viktig supplement til norskopplæringen som flyktninger og innvandrere får på voksenopplæringssenteret, sier frivillighetskoordinator Kristine Laundal. – Det kan ta litt tid før den offentlige opplæringen kommer i gang. Da er språkkafeene en god introduksjon til norsk. Språkkafeene er også viktige for de som deltar i norskopplæring og de som har avsluttet ordinær opplæring. Der får de muligheten til å holde norskkunnskapene sine vedlike, og forberede seg til ny jobb eller frivillig innsats.

Mer informasjon om språktilbud i Bærum i regi av frivillige organisasjoner finner du på: www.baerum.kommune.no/sprakkurs



Bærum kunsthall 10 år!

Bærum kunsthall fyller 10 år i 2024. Jubileumsutstillingen står til 1. september.

Kunsthallen ligger i den gamle brannstasjonen på Fornebu og har siden begynnelsen i 2014 vært med på å skape identitet i et område i stor utvikling. – Det var et ønske å gjøre kunst og kultur til en del av identiteten til det nye Fornebu, sier kultursjef Berit Inger Øen.

– Jeg er imponert over hvordan Bærum kunsthall har greid etablere seg som en anerkjent kunstinstitusjon også utover landets grenser, legger Øen til.

Utstillingsåpning 6. juni

Jubileumsutstillingen «Destination / Location» åpner 6. juni kl. 18.00. Utstillingen undersøker begrepet «sted», og ser på hvordan vi tar i bruk ukjente områder for å skape tilhørighet til et sted.

– Kunsthallen befinner seg midt i endringen av Fornebu fra forlatt flyplass til bysentrum. Utstillingen gir et kunstnerisk innspill til denne rekorderaske utviklingen i naturskjønne omgivelser, sier prosjektleder Nora Krogh.

Møtested for kunst og folk

Kunsthallen arbeider også med flere prosjekter i lokalmiljøet, og har omvisninger og verksteder både for barn, ungdom og voksne. – Det er flott at kunsthallen også er et møtested for kunst og folk, både for små og store i lokalområdet og tilreisende, sier kultursjefen.

FAKTA ■

Bærum kunsthall fyller 10 år i 2024

- Jubileumsutstillingen «Destination / Location» åpner 6. juni, og står til 1. september. Utstillingen er satt sammen av daglig og kunstnerisk leder for Kunsthallen, Pernille Gjørder Olsen, og prosjektleder Nora Krogh.
- Lørdag 8. juni blir det kunstnersamtale, ungdomsvernissage og jubileumsfest på Varmesentralen på Flytårnet Kultursenter. Velkommen!
- Inngang og arrangementer i Kunsthallen er gratis.

Mer informasjon:
www.baerumkunsthall.no

Straks klart for FOMA-festivalen!

Fornebu Music and Arts Festival (FOMA) går av stabelen 6.–7. juni 2024. FOMA foregår på en av Oslofjordens vakreste festivalområder ved Sjøflyhavna på Fornebu. Festivalen er fylt med musikk, kunst og kulinariske opplevelser, og er en kulturell møteplass som bygger stolthet, utvikler næring og styrker identiteten til Fornebu og hele regionen. Lukas Graham, Sondre Justad, Chris Holsten og Julie Bergan er noen av artistene

som står på scenen i år. Mer informasjon: www.fomafestival.no



San Fiesta-festivalen i Sandvika

7.–9. juni går San Fiesta-festivalen av stabelen i Sandvika. San



Fiesta er en latinamerikansk kulturfestival som arrangeres annethvert år, i regi av Sandvika Internasjonale Kulturfestival (Kulfest). Kunstutstilling, zumba- og salsakurs, musikk og konserter av nasjonale og latinamerikanske artister, er noe av det som står på programmet. Søndag 9. juni blir det familiedag med aktiviteter for barna i BAKgården. For mer informasjon, se www.san-fiesta.no

Sommeråpent i BAKgården

Stikk innom BAKgården i sommer! BAKgården i Sandvika har program hver helg gjennom hele sommeren. Sjekk www.bakgardensandvika.no for mer informasjon - eller følg

Bakgardensandvika eller BAKgården Sandvika

Foto: Eiril Bakke



Lommedalsbanen – det lille toget i skogen

Lommedalsbanen, Bærums egen museumsjernbane, kjører alle søndager i juni måned. Toget har regelmessige avganger fra kl. 11.10, siste avgang går kl. 15.00. Charterkjøring etter avtale, spør oss! Damplokomotivet Bjørkaasen blir satt inn når det er personale til det. Mer informasjon: mia.no/lommedalsbanen



Lån sommerutstyr fra BUA Bærum!

BUA Bærum er som et bibliotek, bare at bøkene er byttet ut med sportsutstyr. Du trenger ikke å eie eget utstyr for å delta i sports- og friluftaktiviteter! Hos oss kan du låne - helt gratis. I sommer kan du låne fra BUA på Dønski, Fornebu og Kadettangen.



CAMP-UFB på Kadettangen er åpen kl. 13–18 på hverdager i hele juli, med en rekke aktiviteter for ungdom under 25 år. Her kan du låne utstyr i en time av gangen. Alle kan låne, men de under 25 år er prioritert. Hvis du vil låne utstyr over lengre tid må du til BUA i Dønskiveien eller på Fornebu.

Eksempler på sommerutstyr du kan låne:

- Sykkel og hjelm
- Redningsvester
- Fjellstøvler, telt, soveposer og ryggsekk
- Skateboard, rulleskøyter og sparkesykkel
- Sup-brett og baderinger
- Fiskestang
- ...og mye mer!

Åpningstider Dønski

Mandag, tirsdag, torsdag, fredag kl. 15–19

Adresse: Dønskiveien 50, 1346 Gjetsum

Ring gjerne på tlf. 902 68 268. Telefonen er bemannet i åpningstiden.

Åpningstider for BUA Fornebu finner du på www.bua.no/utlansordninger/bua-fornebu
f BUA Fornebu

Skattkammeret på Rykkinn

Du kan også låne utstyr fra Skattkammeret på Rykkinn. Eksempler på utstyr hos Skattkammeret er telt, fiskestenger, hengekøyer, sykler, soveposer, sup-brett, vådrakter, fjellsko og lignende. Tilbudet er gratis til alle barn og unge i Bærum, og voksne i deres nærhet. Skattkammeret driftes av Kirkens Bymisjon, og holder til på Rykkinn fritidssenter. Se f Skattkammeret Rykkinn og Skattkammeret_Rykkinn