

KAMPEN

49. årgang
vår 2026

Lokalavis for Kampen

posten

6 Er det en menneskerett
å bo på Kampen?

10 NRK, innbyggerforslag
og sterke meninger

22 Fights mot Parkinson
i bokseklubben

Kampenposten
kampenposten@gmail.com
www.kampenposten.no
Opplag: 3500

Redaksjon i dette nummeret:

Kristin Hagen (redaktør)
Henrik Evensen
Tommy Grotterød
Toril Hegvik
Bodil J. Houg
Robert Lorange
Agneta Sachs
Torkel Skaug-Ødegård
Mette Thurmann-Moe
Anne Mette Ødegård
Børge Øgård
Bente Fausk
Vendil Åse (layout)

KampenUng:

Hans Gabrielsen Næss

Kampen vels styre:

Joakim Wang (leder)
Ivar Espedal
Alexander Johannessen
Björn Lindholm
Ellen Luhr
Solveig Løvås
Frøydis Rikenberg
www.kampenvel.org

Kampen historielags styre:

Line Arneberg
Gunnar Brunborg
Ragnhild Hoel
Anders Horn
Martine Hoff Jensen
Arne Kristiansen
Jon Vidar Sigurdsson
Marie Simonsen
Gro Walø-Syversen
www.kampenhistorielag.no

Kampen bydelshus:

Driftsleder: Espen Tverre
Styret:
Helge Olav Ellingsen (styreleder)
Jeanette Djarraya
Vidar Johansen
Christina G. Lødding
Øistein Norum Monsen
Espen Tverre
www.kampenbydelshus.no

KØBB

Skedsmogt. 23, 0655 Oslo
kampenbarnebondegard.com

Kampen kirke:

www.kampenkirke.no

Forsidefoto:

Henrik Evensen

Broa ingen vil ha

Mulig vi har en begrenset bekjentskapskrets, men vi kjenner ingen på Kampen-sida som vil ha bro fra NRK over Gjøvikbanen til Kampen.

Mange av oss ønsker NRK velkommen, men vi ser ikke behovet for bro når det finnes en utmerket undergang mindre enn 200 meter unna, og en universelt utformet bro noen hundre meter unna i motsatt retning. Broa skal dessuten bare være for de som kan gå trapper eller for de som orker å slepe med seg en barnevogn eller sykkel oppover rampa som skal legges over trappen.

Og skal det nå absolutt bygges bro, skal vi kanskje være glade for at broa ikke er universelt utformet. For en slik bro ville trenge mye mer plass på Kampen-sida. Slik planene foreligger nå, er det «bare» et område mellom ballplassen og lekeplassen som vil bli berørt. Men dette er etter vår mening ikke et «bare».

I dag kan vi ta med oss små og store unger med og uten barnevogn opp til plassen og la dem springe fritt mellom lekeapparater og ballbane. Dette er gull verdt, for det er ikke mange slike plasser igjen for uorganisert lek. Gangbroa vil dele dette området i to, og sannsynligvis må ballbanen skjermes mot gangstien av gjerde og nett.

Gangbroa vil koste, og vi kan tenke oss veldig mange andre måter å bruke disse pengene på, for eksempel å lage gode gangstier på begge sider av jernbanen slik at man neppe vil savne en ikke-universelt-utformet gangbro over jernbanen.

Du kan lese mer om denne saken og et innbyggerinitiativ mot bro i dette vårnummeret av Kampenposten. Sammen med mange andre spennende saker: Er det for eksempel en menneskerett å bo her på Kampen? Nå er det så dyrt å kjøpe noe på Kampen at mange unge sliter med å kjøpe seg inn.

Kampenposten ønsker alle en god sommer!

Om Kampenposten

– Kampenposten har vært lokalavisa på Kampen siden 1977, og blir delt ut gratis til alle som bor i bydelen.

– Kampenposten lages av en engasjert gjeng, som legger ned tid og innsats på fritiden.

– Denne utgaven er trykket med støtte fra Frivillighetsmidler i Bydel Gamle Oslo og Kampen Bydelshus.

Stemmemagikeren i Hølandsgata

– Jeg må straks av gårde til Nationaltheatret, det er en skuespiller som har fått problemer med stemmen, sier Dag Nergaard som i mars åpnet sin nye klinikk på hjørnet av Brinken og Hølandsgata.

Noen dager seinere kom nyheten om at Dag måtte flys ned til Wien for å hjelpe den norske deltakeren i Eurovision, Jonas Lovv. Og, noen uker tidligere, satte Dag nåler i halsen på en av deltakerne i The Voice på TV 2. Han blir kalt både trollmann og magiker, akupunktøren som nylig forlot Klinik for Alle for å starte for seg selv.

Det er imidlertid ikke bare kjendiser og glamour i Dag Nergaards liv. Han stikker nåler i stramme muskler også i hvermannsen, både i nakke, skuldre og hofter. Formelt heter det han tilbyr, akupunkturbehandling og IMS (Intramuskulær Stimulering). Men hvordan ble han stemmemagiker?

– Jeg begynte å tenke på hvilke muskler som påvirker stemmen. Alt-så, hvis det er stemmebåndet det er noe galt med, så kan ikke jeg hjelpe. Jeg behandler muskulaturen i halsen. Hvis disse er for stramme, så kan sangeren miste et stemmeregister, som for eksempel de lyse tonene og toppregisteret. Og blir du hes, så kan det godt hende at det skyldes at muskulaturen i halsen er for stiv og dermed påvirker slik at stemmebåndene ikke lukker seg helt, forklarer Dag.

Han begynte med dette for om lag 20 år siden, nærmest som en tilfeldighet. Så var resultatene så oppsiktsvekkende at han tenkte «dette må jeg bli god på». Foreløpig vet ikke Dag om noen andre akupunktører som jobber så spesifikt med stemmen.

At han havnet på Kampen, var også tilfeldig. Tilbudet om å få kjøpe et lokale som tidligere var et arkitektkontor fristet, og nå er det pusset opp med to behandlingsrom innenfor «resepsjonen».

– Jeg trives veldig godt – det er jo så pent her. Til meg kommer det folk fra hele byen, så jeg anbefaler dem alltid å gå en tur opp Normannsgata til kirken for å nyte synet, sier han.



Nyinnflyttet akupunktør. Dag Nergaards stikker nåler i kjendiser, men også på stramme muskler i hvermannsen, både i nakke, skuldre og hofter.

Tekst og foto: Anne Mette Ødegård

Parkeringsbøter løste problemet på Jordal

Tidligere i år skrev avisa Vårt Oslo om naboer til Jordal idrettspark og Jordal Amfi som var lei av feilparkerte biler i området, særlig i forbindelse med hocekykamper.

Pressevakt i Bymiljøetaten, Bård Eion Flaen kan bekrefte at det har vært parkeringsutfordringer i området, men at situasjonen nå er tatt hånd om:

- Vi har tidligere hatt utfordringer med håndhevelse av biler som har kjørt inn forbi bommen på Jordal idrettspark og parkert der. Vi har denne våren inngått en avtale med et p-selskap som bistår oss med sanksjonering av biler. Før det fikk vi flere klager fra ulike aktører og naboer i nærområdet, men dette grepet har bedret situasjonen betraktelig. Alle biler som parkerer ulovlig innenfor bommen, blir nå sanksjonert.

Det er parkeringsselskapet Aimo Park som er satt til å drifte eiendommen, og markedsdirektør Kjetil Batseth mener problemet skyldes for liten parkeringskapasitet i området:

Grunnet kapasitetsproblemer på parkeringen ved Jordalhallen, kombinert med begrensede alternative parkeringsmuligheter i området, velger derfor noen å feilparkere på eiendommen vi er satt til å drifte.

Jordal-nabo og nyvalgt leder for Kampen vel, Joakim Henrik Wang, har frontet saken på vegne av nabolaaget, og til Kampenposten har han følgende å si om saken:



- Utenom hockey-sesongen har det aldri vært noen utfordringer knyttet til parkering på Jordal. Men det ble iverksatt parkeringstiltak, det vil si utdeling av parkeringsbøter før hockeysesongen var ferdig - så det løste problemet.

Foreslår ny hensynsone for kulturmiljø

Byantikvaren foreslår å omregulere kvartalet mellom Bøgata, Kampengata, Normannsgata og Kampen kirke til boligbebyggelse med hensynsone for bevaring av kulturmiljø. Hensikten er å bevare et eldre bygningsmiljø som representerer tidlig forstadsbebyggelse. Plan- og bygningsetaten anbefaler forslaget.

Kampenposten har tidligere pekt på betydningen av å bevare det grønne preget inn mot kirken og Thorbjørn

Egners plass, og har særlig vært opp-tatt av Bøgata 5 og tilstøtende eiendommer.

Byantikvaren er 70 år i år og i den anledning vil de, sammen med Kampen historielag, ha en byvandring her på Kampen til høsten. Under vandringen blir det fokus på regulerings-saken og den gamle trehusbebyggelsen, kampen for vern og på betydningen disse kulturminnene har i dag.



Gojibær eller buketorn (*Lycium barbarum*)

Buketorn har opprinnelse i Asia, og er en flere tusen år gammel kulturplante. Den har vært dyrket på grunn av bærenes høye innhold av antioksidanter, vitaminer og mineraler.

Busken er svært robust, og er i herdighetszone H5. Bukketorn trives best under solrike forhold, og tåler også endel tørke. Bærene modnes fra august til oktober, og kan tørkes eller spises friske. Planten bærer som regel ikke frukt det første året. Busken kan holdes nede med beskjæring. Bukketorn kan også plantes i en stor krukke, men da må den isoleres godt om vinteren, eventuelt plasseres i en frostfri bod.

Les gjerne mer om Bukketorns medisinske egenskaper på nettsiden til rolv.no

En klassiker i skolegården

Lørdag 8. mai inviterte Kampen filmklubb og Kampen vel til utekino i skolegården. Barn og foreldre kom med utemøbler, pledd og tykke klær, forberedt på en lang og kald kveld.

Filmen som ble vist var klassikeren Jurassic Park fra 1993, like egna for foreldrene som for barna. Arrangøren anbefalte filmen for barn fra 10 år og oppover. Da filmen starta kl. 20, var mer enn 150 filmsugne på plass. Vår-sola nekta å gå ned, så det var ikke mye man så på det store lerretet. De som var møtt opp, ventet spente på bedre forhold, men da skumringen inntraff ved 21.30-tida, hadde de fleste gått hjem.

Utekino er væravhengig, alltid et sjansespill. Det ble kanskje ikke full klaff denne gangen, men vi heier på arrangørene og takker for godt initiativ. Det er kanskje lettere med utekino på høsten?



Lys vårkveld. Det var ikke før etter at sola gikk ned at man kunne se skuespilleren Sam Neill godt. Foto: Tommy Grotterød



Vi vet at kundene våre er opptatt av god kvalitet på varene de handler. Derfor er vi på REMA 1000 ENSJØ stolte av å selge varer fra Kolonihagen!

Kolonihagen lager sine produkter med omtanke - for smaken, dyrene og kloden. Alle produktene er økologiske og laget av rene råvarer, uten unødvendige tilsetninger. Kolonihagen jobber aktivt for bærekraft gjennom regenerativt landbruk og mindre matsvinn.

Dette er kvalitetsprodukter som gir både god smak og god samvittighet.

Kolonihagen får du kun hos oss på
REMA 1000



Er det en menneskerett å bo på Kampen?

Marlén Klætte (34) er født og oppvokst på Kampen, men sliter med å komme seg inn på boligmarkedet på stedet hun hører hjemme. Har Kampen blitt for populært for sitt eget beste?

– Jeg er jo bekymret for at datteren min ikke skal kunne gå på Kampen skole.

Det sier Marlen Klætte, som i dag leier en leilighet i Jordal Terrasse sammen med samboer og barn. Hun er tredjegerasjons kampianer og jobber i en barnehage på Kampen. Marlén drømmer om å kjøpe en bolig på Kampen som er stor nok for en liten familie.

– Jeg og samboeren min har vært på utkikk etter en leilighet ganske lenge. Men det er veldig dyrt, og vi har ikke nok egenkapital, sier hun.

Kjenner du andre som er i samme situasjon?

– Ja, jeg kjenner flere. De fleste må leie. Jeg har også en venninne som måtte flytte til Ås for å komme seg inn på boligmarkedet.

Prisvekst til tross - Marlén opplever at engasjementet på Kampen blomstrer:

– Det er flere som bidrar og engasjerer seg i nærmiljøet. Og det er jo masse tilbud til unge i form av sport og sånn, og mange voksne ildsjeler.

Samtidig legger hun merke til at det er færre barn ute og leker, og hun tror dette har sammenheng med at de som bor på Kampen, stadig blir mer ressurssterke:

– Jo mer velutdannede og ressurssterke foreldrene er, jo flere aktiviteter har man råd til å sende barna på. I datteren min sin klasse er det mange som har noe å gjøre hver eneste dag. Da blir det ikke like mange muligheter til å møtes ute lenger.

Sterk prisvekst

Kvadratmeterprisene i Gamle Oslo har økt betydelig de siste årene. Basert på boligprisindekser fra Eiendom Norge, Eiendomsverdi AS og FINN.no har prisene steget med om lag 70 prosent de

siste ti årene, til over 107 000 kroner per kvadratmeter i første kvartal 2026.

Eiendomsmegler Marthe Hellebust i DNB eiendom kan bekrefte at prisveksten på Kampen er reell:

– Det har liksom vært en ny oppdagelse av Kampen de siste fem-seks årene. Markedet og prisene har steget voldsomt, og man kan vel ganske trygt si at det nærmer seg en dobling.

Prisveksten ser man også i resten av bydel Gamle Oslo, men Hellebust mener at Kampen stikker seg ut:

– Det har vært en tendens i hele bydel Gamle Oslo. Det er fordi det ikke bygges nok leiligheter, og boligbehovet er stort.

Ryktet sprer seg

Det er ikke bare folk som er oppvokst i området, som bosetter seg på Kampen. Torstein Bakke (32) er opprinnelig fra Drammen, og har bodd på både Tøyen og Grünerløkka, før han og samboeren fant drømmeleiligheten på Kampen.

– Vi hadde ikke noen uttalt målsetting om å flytte til akkurat Kampen, men vi var jo på en del visninger, og så kom vi over annonsen til den leiligheten vi bor i nå. Så dro vi på visning, og falt veldig for den. Siden har ikke vi sett oss tilbake – og nabolaget og bydelen har kommet under huden på oss.

Hva visste du om Kampen før dere var på visning?

– Jeg visste at det var et veldig sjarmerende og koselig sted. Det er jo på en måte byens søndagsstrøk.

Tenker du at Kampen har noe å by på som ikke alle andre deler av Oslo kan matche?

– Jeg synes det er veldig flott her, og det har en egen følelse som du kanskje ikke finner andre steder. Kampen har definitivt en identitet.

På tross av sin korte fartstid på

Kampen, er Bakke også spent på hvordan prisveksten vil påvirke området i fremtiden:

– Jeg er jo spent på hva slags type mennesker som vil ha råd til de største, eller de mest attraktive boligene, dersom de ikke går i arv. Med et slags generasjonsskifte, så lurer jeg veldig på hvordan den demografien vil endre seg dersom man kommer opp i 20-30 millioner. Hvem har råd og lyst til å kjøpe de objektene? Det tror jeg kan gjøre at Kampen kanskje endrer profil.

Spent på fremtiden

Nyvalgt leder i Kampen vel, Joakim Henrik Wang, er også spent på hvordan økte boligpriser vil påvirke Kampen i årene som kommer:

– Jeg tror mange av husene på Kampen blir lagt ut for salg i løpet av de neste ti årene. Det er mange som har bodd her siden 1960- og 70-tallet, som etter hvert er nødt til å flytte til et sted hvor det er enklere å bo.

Er du redd for at engasjementet rundt lokalsamfunnet på Kampen står i fare for å endres?

– Engasjementet er det nok mulig å beholde. Men jeg er bekymret for klaseskillet i nabolaget. 10-15 prosent av boligene på Kampen er kommunale, og er vegg i vegg med hus til mange millioner.

Wang frykter at prisveksten kan senke takhøyden blant de som bor i området:

– Spiller du høy musikk en kveld, så er det greit så lenge det ikke er hver kveld. Men har du investert 20 millioner i en bolig, da har du kanskje lyst til å ha det rolig og fint rundt deg.

Wang skjønner godt hvorfor Kampen har blitt så populært:

– Kampen er ikke en bydel, det er en landsby i byen. Her kan ungene dine



Marlén Klætte (34) er født og oppvokst på Kampen og er urolig for at familien ikke skal ha råd til å fortsette å bo her.

gå til skolen uten å se en bil på veien. Det er det jeg synes er unikt med Kampen.

Bysosiologens perspektiv

Rikke Sjøhelle er sosiolog og jobber med byutvikling. Bysosiologen mener det som skjer på Kampen er en naturlig del av byutviklingen:

– Det Kampen opplever nå, er ikke unikt. Resirkulering av sentrumsnære områder skjer i nesten alle storbyer.

Hva skjer med et lokalsamfunn når boligprisene tar av?

– Når jeg tenker på de som bor der

fra før, så kan jeg anta at de kan komme til å føle seg litt fremmedgjort. Hvis man er vokst opp på Kampen, og så plutselig ser man at en ny type mennesker i større grad «tar over» området, så kan det bli en følelse av at «det er ikke det Kampen jeg kjenner».

Samtidig understreker hun at sterke lokalmiljøer kan bevare særpreget sitt også gjennom store endringer:

– Sterk tilhørighet og samhold er viktig for at et nabolag skal bevare sjelen sin. Kulturinstitusjoner, hjørnesteinsbedrifter eller restauranter - steder hvor folk kan samles og utøve

fellesskap er viktig for at nabolaget skal stå sterkt.

Sjøhelle påpeker at mye av det som bygges i Oslo i dag, kan oppleves som lite sjarmerende. Hun tror mange tiltrekkes av Kampen fordi det bærer preg av levdt liv:

– Sjøl i en by bruker lang tid på å etablere seg. Det handler om patina, spor av levdt liv og tidsdybde.

Tekst og foto: Henrik Evensen



Foreldre er fornøyde med barnehagene på Kampen. Snart kan barnehagebarn flytte inn i helt ny Kampen barnehage, som åpner til høsten. Foto: Kristin Hagen.

Barnehagene på Kampen scorer høyt

Da resultatene fra den årlige «Foreldreundersøkelsen i barnehage» kom ut, var det lystig lesning for barnehagene som holder til på Kampen. Undersøkelsen gjennomføres hvert år, og her får foreldre muligheten til å vurdere barnehagene sine. Spørsmålene i undersøkelsen er fordelt på ni hovedområder.

Foreldrene får spørsmål om ute- og innemiljø, relasjon mellom barn og voksen, bemanningstetthet og barnets trivsel. Kampenposten har gått gjennom tallene for barnehagene som ligger på Kampen og som har deltatt i undersøkelsen. Dette er Kampen barnehage, Hurdalsgata barnehage, Kampen kunstbarnehage og Kardemomme barnehage. Ullensakergata barnehage har ikke vært med i undersøkelsen.

Hvor Kampens grenser går, er et stadig tilbakevendende tema. På diplomatisk vis har vi i denne omgang tatt utgangspunkt i barnehagene som har samme postnummer som Kampenpostens mottakere.

Høy grad av tilfredshet

Det er et eget spørsmål om hvor tilfredse foreldre er med barnehagetilbudet totalt sett. Her ligger snittet, både i bydel Gamle Oslo og på Kampen, på en score på 4,5 av 5 mulige. Best av Kam-

pen-barnehagene er Kardemomme og Kampen kunstbarnehage, som begge er private og har toppscore. Styrere i Kardemomme barnehage, Therese Sandsbråten og Merete Rennemo, mener at hovedgrunnen er personalet.

– Vi har en godt utdannet personalgruppe, som er engasjerte og stabile, med svært høy faglig kompetanse og integritet. Vi har mange barnehagelærere, to spesialpedagoger, mange medarbeidere med barne- og ungdomsarbeiderutdanning og en helse- sykepleier i teamet, forteller de.

De trekker også fram at de er opptatt av å alltid videreutvikle seg, lære mer og stadig bli bedre.

– Vi er stolte av at vi fortsatt har et stort hjerte og engasjement for feltet, faget og barnehagen.

Anders Eide, assisterende enhetsleder for enhet barnehage i Bydel Gamle Oslo, svarer på vegne av de kommunale barnehagene Kampen barnehage og Hurdalsgata barnehage. På

spørsmål om hvorfor han tror barnehagene på Kampen scorer så høyt, svarer Eide at det blant annet henger sammen med stabile og kompetente ansatte, tett samarbeid med foreldrene og et systematisk arbeid med kvalitet i hverdagen.

– Kampen har også barnehager med ulike profiler og særpreg, noe foreldre trekker fram som positivt.

Litt lavere score på utearealer

En generell trend for både barnehagene på Kampen, men også Oslo generelt, er en litt lavere score på «utearealer» enn de andre kategoriene, som trivsel og relasjoner. På Kampen skyldes dette, ifølge Eide, blant annet at flere barnehager holder til i eldre bygg og på tomter med begrenset størrelse.

Eide forteller videre at Oslo kommune arbeider kontinuerlig med vedlikehold, oppgraderinger og utvikling av uteområder.

– I tillegg bruker barnehagene nær-

miljøet på Kampen aktivt, med parker, lekeområder og turmuligheter som en del av barnehagehverdagen.

Kampen barnehage flytter tilbake

Litt spesielt for Kampen barnehage i årets foreldreundersøkelse er at de midlertidig har holdt til i lokalene til Kværnerdalen barnehage. Dermed kan enkelte av scorene knyttet til barnehagens ute- og innemiljøer endre seg når barnehagen flytter tilbake til nye «gamle» lokaler mellom skolen og barnebondegården. Kampen barnehage vil være tilbake på Kampen i august i år.

Tid for å feire

Tallene fra foreldreundersøkelsen gir god grunn til å feire for barnehagene på Kampen.

– Vi er stolte av den gode jobben vi gjør, til tross for økonomiske utfordringer og manglende politisk vilje til å prioritere det aller viktigste: penger til dyktige ansatte, tilstrekkelig antall ansatte og god lønn for den viktigste jobben i verden, sier Sandsbråten og Rennemo i Kardemomme.

Eide vil nok også feire på vegne av



Anders Eide, assisterende enhetsleder for enhet barnehage i Bydel Gamle Oslo. Foto privat.

de kommunale barnehagene på Kampen og avslutter:

– Gode resultater over tid handler ofte om kultur, kontinuitet og systematisk kvalitetsarbeid. Hvis du har barn i barnehagealder på Kampen, kan du med andre ord være trygg på at det finnes flere barnehager i nærmiljøet som leverer godt. Kampenposten

har registrert at også barnehagene i tilgrensende områder som Vålerenga, Galgeberg og Ensjø gjør det bra i Foreldreundersøkelsen.

PS: Kampen kunstbarnehage har også fått spørsmål fra Kampenposten, men ikke besvart disse.

Av Torkel Skaug-Ødegård



Gunnar Ruud
CATERING - SELKAPSMAT



Hos Gunnar Ruud Catering lager vi hjemmelaget mat.

Visste du at du kan stikke innom oss og kjøpe:

- Ferdige middager i porsjonspakker
- Hjemmelagde pølser
- Saftige karbonadekaker
- Nylagde wienerpølser

Perfekt for travle hverdager, eller når du bare vil ha skikkelig god mat uten å lage den selv.

Hverdager 8-16 - Lørdager 10-14
www.delikatessebutikken.no

NRK, innbyggerforslag og sterke meninger

NRK skal flytte til Normannsløkka. Plan for utbyggingen ligger klar til behandling i Oslo bystyre. Innbyggere på Kampen har en stor bekymring: Gangbroa over Gjøvikbanen som lander på Kampen-sida mellom leke- og ballplass, og en gangvei som vil dele dette aktivitetsområdet i to.

Ulike meninger om planen

20. mai var Byutviklingsutvalget invitert til Normannsløkka for en orientering om NRK-saken. Utvalgets medlemmer fikk orienteringer fra Plan- og bygningsetaten, Bymiljøetaten og Byantikvaren. NRK fortalte hva som var gjort av justeringer, som nedskalering av høyder og hvordan bygget er forskjøvet for å gi mindre tap av sollys for nabobygg. Etatene og Byantikvaren støtter planen slik den foreligger, og de støtter den planlagte gangbroa.

Innbyggerforslag mot bro

Kampen vel hadde kort tid før befaringen initiert et innbyggerforslag om at bro ikke må bygges og at barnas aktivitetsområde må bevares. På mindre

enn 24 timer fikk de mer enn 300 underskrifter, som er det som kreves for å få fremmet saken for bystyret. Byutviklingsutvalget ble invitert over på Kampen-sida for å se hvordan bro og gangvei påvirker lekeområdet. Plan- og bygningsetaten framstilte det som at området blir lite påvirket. Frammøtte fra Kampen argumenterte mot bro: Det ble understreket at området fungerer som en helhet. Flere mente bro var å sløse med midler. Barna på Kampen trenger sine leke- og ballområder. Med kort vei til allerede eksisterende veier inn mot Kampen er det uhørt å bygge en slik bro, som ikke engang er universelt utformet.

Ensjøplassen og Søndre parkdrag – ikke sikret gjennomføring

Underveis over mot Kampen stoppet vi ved nabotomta øst for NRK-tomta. Mellom denne tomte og NRK er det planlagt en større plass, Ensjøplassen. Plassen skal ligge som en forlengelse av Vestre parkdrag, og skal fortsette via broa over til Kampen. Dette er del av overordnet plan for Ensjøutbyggingen. Denne planen er imidlertid avhengig av at deler av bygget på nabotomta inn mot NRK erverves og rives. På befaringen 20. mai hevdet representanter for eierne at ingen hadde vært i kontakt med dem om dette. De

viste fram skisser til mulige løsninger, og ba om å komme i dialog.

Samme eiergruppe representerer også tomte langs Gjøvikbanen der Søndre tverrforbindelse er planlagt. Søndre tverrforbindelse skal gå langs Gjøvikbanen fra jernbaneundergangen vest for NRK og fram til Skedsmogata. Tverrforbindelsen vil sikre trygg ferdsel til og fra allerede etablerte veier inn til Kampen. Men så lenge partene ikke snakker sammen, er det bare delen på NRKs eiendom som er sikret gjennomføring.

Vi mener politikerne må kreve at det inngås samarbeid med eierne av naboeiendommene i øst slik at Ensjøplassen blir etablert som skisert, og at søndre tverrforbindelse etableres i tråd med overordnet plan for Ensjø.

Broa må skrinlegges for å unngå at leke- og aktivitetsområdet på Kampen-sida ødelegges.

Saken om NRKs nybygg på Normannsløkka behandles i Byutviklingsutvalget 3. juni og i Oslo bystyre 10., ev. 17. juni. Innbyggerforslaget behandles som egen sak i de samme møtene.

Teksten er skrevet av Robert Lorange og Tommy Grøtterød 1. juni 2026



Representanter for naboeiendommen viste skisser til alternative løsninger. (Foto Tommy Grøtterød)

DNB Eiendom

Fra hjem til hjem



Veien til et trygt boligsalg starter med en hyggelig prat

Tenker du på å selge?
Da kjenner vi nok allerede kjøperne til din bolig.
Vi er lokalkjente eiendomsmeglere med lang erfaring på Kampen og Vålerenga.
Ta kontakt med oss i dag på 47670074.

DNB Eiendom | Vålerenga
Rolf Hofmos gate 1, 0655 Oslo

Telefon: 47670074

” Jeg har ofte sagt at jeg er glad jeg havna på Østsida.

Glad i Kampens historie – planlegger for framtida

Arne Kristiansen er kjent for mange som leder av møtene til Kampen historielag og som guide for lokale vandringar. Han har lang fartstid på Kampen, skal om kort tid flytte, men ikke langt.

Vi lurer på hvordan han havna her på Kampen. – Vi kom hit i 1978. Da fikk Hardis en tjenesteleilighet via Samskipnaden. De hadde kjøpt Evensgate 2, 4 og Normannsgata 29. Husene var planlagt revet, og Samskipnaden ville bygge høyblokker for studenter og ansatte. Motstanden ble etter hvert stor, og de skjønte at de ikke fikk rive. I 1983 bestemte Samskipnaden seg for å selge, og vi som bodde i husene fikk tilbud om å kjøpe. Vi kjøpte, og her har vi bodd i 48 år. Vi regna på det nå som vi skal flytte, og salgssummen er ca. 50 ganger det vi ga.

– Hvor gammel var du da du kom til Kampen?

– Da var jeg 25, Hardis tre år eldre og hadde to barn. Vi hadde bryllupsfest nyttårsaften i Kampen bydelshus i 1983 og fikk en sønn i 1988. Den første tida bodde vi på 50 kvadratmeter. Jeg var vant til trangbodddhet fra oppveksten på Lysaker. Tre generasjoner: mormor, mor og to gutter på 60 kvadratmeter. 80 prosent av oss som bodde på Lysaker bodde i blokk. Mange jobba på Fornebu.

Ungdomsleder rekruttert av ungdommen selv

– Du ble tidlig involvert i bydelshuset, som ungdomsleder?

– Ja, Even var 10 år da vi flyttet hit, og han ble kjent med de andre gutta på Kampen. De trengte ny ungdomsleder. «Han stefaren til Even virker jo allright, kan vi ikke spørre han'a?», var det en som sa. Og så kom de og

ringte på, spurte om jeg kunne tenke meg å bli ungdomsleder. Jeg jobba jo fullt innen psykiatrien. Jobben med ungdommen var en liten deltidsstilling. Så jeg sa ja, og det ledet fram til prosjekter i bydelshuset.

Det var i den spede begynnelsen av å få i stand bydelshuset. Det var nesten daglig minst 15 ungdommer med på dugnadene. De gjorde en formidabel jobb. Den jobben det var lettest å få gjort, var etter at kafeen var i gang, og tremmene til uteserveringa skulle fjernes om høsten. Under dem fant de kronestykker og de nye tikronemyntene. Da var det kø av unge som ville jobbe.

På klubbkveldene, onsdager og fredager, var det over 30 personer, og når det var diskotek enda flere.

– Hadde du noen bakgrunn for jobben med de unge.

– Jeg har bakgrunn som førskolelærer, og har videreutdanning i spesialpedagogikk. Jeg har jobba i barnehage og skole, og ved Nic Waals institutt, det var spennende. Ungdomslederjobben førte også til aktiviteter for eldre.

– Det er noe av det jeg er mest stolt av. Vi hadde prosjekter sammen med Tyrili, Kampen kirke, og skolen. Målet var å skape aktivitet i nærmiljøet. 8. klassinger ved skolen hadde bydelshuset som valgfag. De unge arrangerte kvelder for de eldre, inviterte til foredrag, kaker og kaffe. Det var en strålende periode. Jeg fikk jo jobba med alle ildsjelene bak bydelshuset,

Kampen vel og historielaget, de som la ned masse arbeid i bevaringen av Kampen.

Uforglemmelige reiser

Prosjektene i bydelshuset varte fra 1983 til 1988.

– I 1988 fikk jeg min første lederjobb i SAS, som seksjonsleder i den største bakkeenheten i landet.

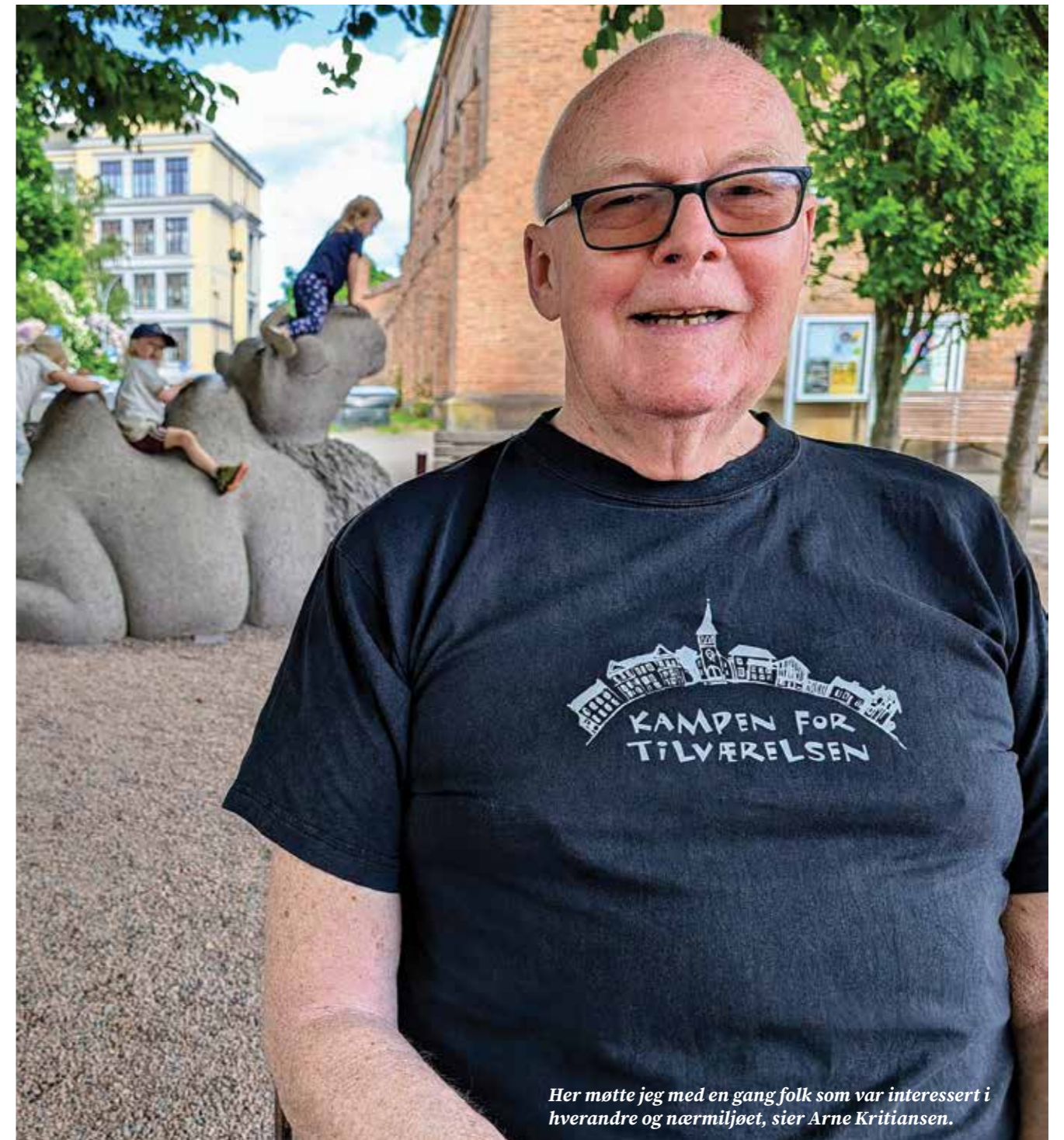
– Det hadde ikke noe med unge å gjøre?

– Nei, det hadde å gjøre med at jeg hadde vært deltidsansatt i SAS. Når vi gutta gikk på videregående, så var flyplassen stedet vi fikk sommerjobb. Laste og losse fly, fra 1973 til -88, og det førte etter hvert til fulltidsjobb, 23 år i SAS i ulike lederjobber.

Tiden i SAS førte til at familien reiste en god del, sjansebilletter på ledige seter. Turene til Afrika, en til Zimbabwe/Mosambik og en til Tanzania/Zanzibar, med hele familien, huskes med stor glede.

– Det samme gjelder turene til Iran, Kina og Cuba. Uforglemmelige. Og mange turer til mitt fødested, California, hvor jeg har familie. Jeg bodde der de første seks årene av livet mitt.

– Etter årene i SAS jobbet jeg noen år som hodejeger for rekrutteringsselskapet Rådhusgruppen. De siste 6-7 årene har jeg hatt Nav som eneste kunde. Jobben har bestått i å bistå unge og voksne som har utfordringer med å komme i jobb. Det skulle være 60 prosent stilling, men det ble ofte fulltid. 1. juni trer jeg inn i pensjonistrekken.



Her møtte jeg med en gang folk som var interessert i hverandre og nærmiljøet, sier Arne Kristiansen.

Ivaretar de lange linjene

– Du har lang fartstid i Kampen historielag?

– Historielaget ble etablert i oktober 1986. Fra slutten av 1980-tallet kom jeg med som vararepresentant til styret. Jeg er nok den varaen som har sittet lengst, vært på flest møter. Jeg har senere vært mange år i styret, seks av dem som leder. Nå har vi en mer flat struktur der vi deler på ansvarsområdene. Jeg synes arrangementene er

det morsomste, ikke minst kontakten med dem som kommer for å si noe.

Historielagets møter er en suksess, trekker fulle hus gang etter gang, sier vi og Arne er enig. Han nevner spesielt lanseringa av historielagets egen bok *Tilværelsen på Kampen*.

– Å ha Knut «Kupper'n» Johannesen, Karsten Alnæs og roerne Alf og Frank Hansen på scenen og få intervjuer dem, det var stort.

Han hopper videre til arrangemen-

tet «Åpen bakgård». – Vi tenker stadig at nå er det siste året, men så får vi spørsmål om nytt arrangement, og da er det en glede å videreføre det enda et år.

– Du er også en høyt skattet guide på de historiske turene rundt på Kampen, fortsetter vi.

– Jaa, svarer Arne nølende.

– Jo, mye folk og gode tilbakemeldinger. Etter en rundtur så har det hendt at noen har kommet og sagt at de

har fått et helt annet forhold til området. Vi har kontaktet Ragnhild Hoel, som er i styret sammen med Arne. Hun skriver:

“Arne tar spesielt ansvar for vandringene og er også selvskreven som møteleder. Han er alltid godt forberedt – hans trygghet, ro og humor preger disse arrangementene. Arne er dessuten den i styret som ivaretar de lange linjene, blant annet som en av ildsjelene som realiserte Kampen bydelshus på 1980-tallet. Arne bidrar på en enestående måte til historielagets arbeid”.

– Når dere nå flytter, er det mange som lurter på hva som går av dere?

– Vi føler at tiden er inne for endring nå. Vi har ei hytte på fjellet, og et ombygd naust på Helgelandskysten. Jeg er 73 år, Hardis snart 76 år. Vi planlegger for en enklere tilværelse. Nå kan yngre krefter slippe til i Normannsgata 29. Vi vil savne huset og tunet, fellesskapet med de rundt oss.

– Hva har Kampen betydd for deg?

– Første gang på Kampen. Bror min tok meg med på konsert på Jordal. Vi gikk i mørket over Kampen. Mange av husene var i dårlig forfatning. Det var i 1975-76. Jeg syntes det var dystert. Andre gang: Hardis fikk tjenesteleilighet. Oj sann! Utdoer i bakgårdene. Og så, etter noen år, da vi fikk tilbud om å kjøpe: mannen til moren min sa til Hardis at du må få Arne vekk fra det der. Men vi trivdes, var ikke tvil om å kjøpe. Alt vi har opplevd, historien på Kampen og utviklingen: Det har gått helt riktig vei.

Kultur og Kampen – det som betyr noe

– En ting jeg ikke har snakka om, er at jeg alltid har vært en ivrig bruker av det kulturelle Oslo: musikk, teater og film. Jeg starta med Rolling Stones da jeg var 12 år og var på konsert på Sjølyst.

Han nevner flere høydepunkter: Zap-pa på Kalvøya, der han var roadie, Deep Purple i Njårdhallen, Prince på Valle Hovin.

– Jeg har ofte sagt at jeg er glad jeg havna på Østsida. Jeg har bodd andre steder, der folk kanskje hilste, men de viste ikke egentlig interesse for hverandre. Her møtte jeg med en gang folk som var interessert i hverandre og nærmiljøet. Det er kontakt mellom mennesker her. Så det blir rart å flytte, men vi skal bo i området, i 8. etasje på Ensjø torg, med god oversikt over Kampen. Vi kan til og med se taket på huset vi bor i nå.

Tekst og foto: Tommy Grotterød



Diana steker taiaki seks timer i strekk.



Mye spennende å finne i salgsbodene.



Andy, en av de japanske utvekslingsstudentene.

Sakura vårmarked med blomstring på topp

Kirsebærtrærne på Thorbjørn Egners plass står i full blomst. Lørdag 26. april feires blomstringen med blomsterklaser finere enn noen gang. Hanami på Kampen har endret navn til Sakura vårmarked og arrangeres av Kampen Kaffe & Bar for andre gang.

Arrangementet starter kl. 11. Det er strålende sol og folk strømmer til fra alle kanter. Allerede før salgsbodene er i orden, er flere hundre besøkende på plass på torget.

I år er det spesielt mange unge, noen i flotte japanske kimonoer, andre som «live» mangafigurer, og vi treffer flere som forteller at de lærer seg japansk. En av dem er Nikolai. Han har, etter å ha bedt om forskudd på lommepenger, kjøpt seg en japansk kimono. Deretter er det rett bort til standen til Den japanske ambassaden, der Henrik viser fram brosjyrer med korte artikler, midt i blinken for Nikolai og de andre unge som lærer seg japansk. Salgsbordene fylles med lopper, japanske bruks- og pyntegjenstander og japanske klær for både kvinne og mann. Det er tett med folk som leter og finner noe de liker – en japansk skål, en kimono, ting en ikke finner til daglig.

Populære taiaki

Kampen Kaffe & Bar våger nok en gang å by på taiaki, en fiskeformet «vaffel» med fyll, - og dette vil folk ha!

Køen vokser raskt, strekker seg over hundre meter oppover Bøgata. Vi spør en som står lengst framme i køen, hvor lenge hun har stått der.

Hun ser på klokka, og svarer:

– Litt over en time.

Tror du det er verdt det? spør vi.

– Ja, ikke hver dag vi får smake taiaki, svarer hun, smilende.

Hvor mange taiaki som ble stekt denne dagen på Kampen?

Vi spør Diana som trakterer taiaki-jernene og serverer.

– Det vet jeg, det var nøyaktig 814, svarer hun fornøyd.

Variert program

Vi får oppvisning med japanske trommer, Wadaiko, og tradisjonell japansk

sang og dans med blant annet japanske utvekslingsstudenter fra Universitetet i Oslo, flotte i sine tradisjonelle japanske drakter. Blant studentene er Andy, som etter dansen, forteller at han har lært seg litt norsk og trives godt i Oslo.

Attraktivt arrangement

Sakura vårmarked samler folk fra hele byen. Det er ekstra hyggelig å se så mange japanere på torget, og gledelig med alle de unge som tiltrekkes av Japan og japansk kultur. Det er trengsel, det er køer, men bare glade, fornøyde besøkende, etter det vi kunne bedømme.

Festen rundt kirsebærblomstringen er blitt en tradisjon, et arrangement som er med å sette Kampen på kartet.

Tekst og foto: Tommy Grotterød



Nikolai får nyttig info av Henrik.



Betina, Hans-Øyvind, Bulle og Badiba utenfor sitt nye hjem.

Lys i vinduene i Skedsmogata 1

Skedsmogata 1 har skiftet eiere tre ganger fra 2021. Huset led av forfall. Nå er rehabiliteringen fullført, og dagens eiere gleder seg over å kunne flytte inn i huset. Forbipasserende gleder seg over at enda et av de gamle husene på Kampen er tatt vare på.

Ikonomisk eiendom med nye eiere

Hans Halvorsen bygde huset for 150 år siden. Hans og kona, Thora, flyttet inn i 1877. Halvorsens kolonial ble etablert i 1879 i 1. etasje. Kolonialen holdt stand til 1985. Eiendommen var i familiens eie fram til 2021. Han som kjøpte huset da, planla kulturaktivitet i 1. etasje, men det ble med planene. Året etter ble huset igjen lagt ut for salg.

Kampenposten har avtalt en prat med Betina, som nettopp har flyttet inn sammen med familien. Hun forteller:

– Da vi kom over dette, så vi at det var en sjanse som ikke kommer igjen, en en-gang-i-livet-sjanse. Vi så at bygget trengte rehabilitering, men dette ville vi.

Hun og mannen, Hans-Øyvind Ryen, overtok nøkkelen 1. juni 2022.

De ble forespeilet at næringslokalet i 1. etasje kunne omreguleres til bolig. Familien gledet seg til å ta fatt og gjøre huset til sitt nye hjem. Men planmyndighetene ville at næringslokalet fortsatt skulle nyttes til næring. Familien påklaget vedtaket. Etter en lengre prosess ble saken behandlet i Oslo bystyre som sikret at hele eiendommen kunne benyttes til bolig.

Krevende rehabiliteringsprosess

– flott resultat

– Vi visste at mye måtte gjøres, men ikke at det var SÅ mye. Vi solgte vårt eget hus i februar 2023, og har deretter bodd midlertidig tre steder. Vi visste jo ikke hvor lang tid det tok. Det at vi er en familie på fire, med to katter og en hund, da er det ikke alle steder en får leie. Det har tatt fire år, sier Betina.

– Nå var det viktig å komme i hus. Vi har hatt doble boutgifter i lang tid. Det verste var uvissheten, stadig følelsesmessige utfordringer, i hvert fall for

meg. Hadde jeg hatt en krystallkule, sett hva dette innebar, så hadde vi neppe havna her. Men: Jeg er veldig glad i huset, glad i gamle hus. Det er et hus med sjel. Vi angrer ikke. Vi er ikke helt ferdig enda, men nå vet vi hvordan det skal bli.

– Det ser ut som om hele huset er totalrenovert, sier vi spørrende. – Ja, det er jo det, svarer Betina og ramser opp: tak, yttervegger, grunnmur, og det meste innvendig. Vi har merket oss den gamle gitterporten, med H på hver av dørene og med «H. Halvorsen, etabl. 1879» over, sett den forsvinne – og komme tilbake.

– Ja, det er den originale, den er sandblåst og malt på ny, forteller Betina.

– Og så har vi tatt vare på alle de gamle dørene innvendig, og den gamle trappa.

– Dere har til og med en liten hage?

– Ja, men det store treet, med røtter tett opp i overflaten, begrenser hva vi kan gjøre. Jeg får gi treet litt ny jord. Så får vi ta oss tid, finne ut hva mer vi kan få til, avslutter hun.

Vi forteller om de positive kommentarene vi har hørt fra folk som gleder seg over hvor fint huset har blitt, og Betina smiler fornøyd. Kampenposten gratulerer med vel gjennomført og ønsker familien velkommen til Kampen.

Tekst og foto: Tommy Grotterød

Norgesmesteren i filosofi og hvorfor det er kult å tenke

Jeg har intervjuet Marios Dimaki Adolfsen, som går på Oslo katedralskole, men bor her på Kampen. Han er Norgesmester i filosofi og skal representere Norge i OL i filosofi i Warszawa. Det er litt som VM – bare i filosofi!

Torsdag 12. mars var det andre runde i NM i filosofi på Oslo Handelsgymnasium. Mange elever fra hele Norge deltok. Bare de beste tekstene kom videre, og til slutt var det bare topp 10 igjen. Marios vant hele konkurransen.

Jeg spurte Marios hvorfor han er interessert i filosofi. Han forteller at han egentlig alltid har likt å tenke og reflektere, selv om han først skjønte senere at filosofi var «greia hans». På Kampen skole likte han historie veldig godt, og han har til og med kommet tilbake dit for å undervise 6. trinn. Da han begynte på videregående og fikk faget historie og filosofi, ble han skikkelig interessert.

Men hva gjør man egentlig i NM i filosofi? Marios forklarer at man skriver essay, som er en type tekst der man tenker og diskuterer. Man får fire sitater fra kjente filosofer, og så må man skrive hva man tenker om dem. Man kan være enig eller uenig, men man må forklare hvorfor. Etter første runde går bare noen videre til runde to, der man får nye sitater. Til slutt velger en jury den beste teksten.

Juryen sa at teksten til Marios var veldig godt skrevet, og at han tenkte selv. Han skrev om frihet og om hvordan samfunnet, media og politikk kan påvirke hvor fri man egentlig er.

Jeg spurte også hvorfor filosofi er viktig. Marios mener at filosofi er veldig viktig i verden akkurat nå. Filosofi handler om å stille spørsmål om livet, og om å se saker fra flere sider. Folk kan mene forskjellige ting om samme spørsmål, og det er helt normalt. Han sier også at filosofi er noe av det frieste man kan drive med, fordi man får lov til å tenke selv.

Selv om han er Norgesmester, er Marios helt vanlig også. Han liker å tegne, være med venner, spille litt videospill og han er interessert i matte og historie.



Marios Dimaki Adolfsen er Norgesmester i filosofi.
Foto: Erlend Fugleberg Bruaseth

I mai skal han representere Norge i OL i filosofi sammen med ungdommer fra hele verden. Jeg synes det er veldig inspirerende at man kan kom-

me så langt bare ved å bruke hodet og være nysgjerrig.

Tekst: Hans Gabrielsen Næss (12 år)

Korps – et sted der alle kan høre til

Jeg er journalist i Kampenposten og samtidig går jeg i korps, Kampen skoles musikkorps. Jeg har intervjuet dirigenten i juniorkorpsset vårt, Lucas Smebøle. Jeg synes nemlig korps er en av de beste fritidsaktivitetene man kan velge.

På spørsmålet om *hvorfor man burde gå i korps*, svarer dirigenten at korps er en av de mest inkluderende fritidsaktivitetene som finnes. Det er motiverende, og man kan lære mye mens man gjør noe som er gøy. Alle utvikler seg i sitt eget tempo, og det er ingen som er helt like – verken i stil eller ferdigheter.

Han sier også at man ikke må bli musiker bare fordi man går i korps. Korps er noe man gjør på fritiden, og det er ikke nødvendig å gjøre det profesjonelt. Det viktigste er det gode miljøet, og at man kan jobbe sammen på tvers av alder. I korps kan alle delta sammen, og det føles som et veldig fritt og trygt sted å være.

På spørsmålet *hva som er det beste med korps*, sier dirigenten at det er en veldig hyggelig gjeng å være med i. Man kan lære mye av alle, både av de som er eldre og de som er yngre. Å starte som aspirant er et veldig bra sted å begynne, og i stedet for bare å høre på musikk, får man være en del av den. Man får så mye mer enn bare det musikalske.

Jeg er enig i mye av det dirigenten sier. Jeg synes at positiviteten blir skapt mens vi spiller sammen, og at alt blir gjort som et korps – ikke som enkeltpersoner. Korps er et sted der jenter og gutter er sammen, og der barn i ulike aldre gjør noe felles.

Derfor synes jeg det er synd at mange slutter for tidlig. Korps handler ikke bare om instrumenter og noter, men om fellesskap, glede og det å gjøre noe sammen. Jeg håper flere gir korps en sjanse. Det er plass til alle i korpsset.

Tekst og foto: Hans Gabrielsen Næss (12 år)



Kampen vels hjørne

Jeg har akkurat blitt valgt som ny leder av Kampen vel, og det er meg en ære å få representere et nabolag jeg har så kjært.

For noen av dere er jeg sikkert ny også på Kampen, siden jeg kun har bodd her i 25 år. Og for å være ærlig så er jeg ikke sikker på om jeg bor på Kampen heller, siden jeg bor på «feil» side av Jordalparken. Men uansett, jeg syns vi bor på et veldig fint sted.

Selv om jeg er ny som leder, er jeg ikke ny i styret i Kampen vel, der har jeg vært med i mange år. I styret har jeg fått være med på mye, for eksempel utviklingen og ferdigstillingen av Thorbjørn Egners plass. Ikke mye som etter min mening har løftet nabolaget så mye som det fine torget har gjort. Rart å tenke på nå at folk i styret ble truet på det sterkeste av motstandere mot denne fantastiske møteplassen.

Jeg har vært med på mange Egnerdager, vært julenisse på torget og delt ut godteposer under julegrantenning, vist utekino og grilla pølser ved isen i Kampen park.

Så er det små og store saker som blir løftet frem og gjennomført, om det er befaringer med kommunen i Kampen park med påtrykk om å holde ting vedlike, som resulterer i at trapper både ned til Tøyen og ned ved grotta blir rehabilitert. Eller å prøve å løse parkeringsutfordringene rundt Jordal Amfi for å nevne noe.

I det siste har mye av tiden til avtroppende leder Anders Aunbu blitt brukt til saken om NRK og brua over til Kampen park. Den stafettpinnen er vi i det nye styret klare til å overta!

Så er det kommet opp nye saker som behov for hundeluftegård, noe det var stort engasjement for på årsmøtet. Dette er viktige signaler vi i styret må følge opp.

Og her kommer vel det jeg egentlig skulle skive om ...

Vi i Kampen vel er her for å gjøre Kampen til det stedet dere på Kampen vil at det skal være. Så har du noe du brenner for, eller noe du syns kan gjøres bedre, annerledes, raskere eller rett og slett kanskje noe noen aldri har tenkt på før, så vil vi høre om det. Vi bidrar der vi kan, men det er viktig at vi hører fra dere på Kampen. Så syns vi det er viktig at dere melder dere inn da. Det handler ikke om medlemsavgift og penger, men om å ha en så bred medlemsmasse som mulig på Kampen, slik at vi representerer flest mulig.

Sist vil jeg takke Anders og Bjørn for lang og tro tjeneste i Kampen vel.

Joakim Wang
Leder Kampen vel



Hva skjer i Kampen park?

Bymiljøetaten er i gang med et forprosjekt om endringer og forbedringer i parken. Hva skal skje etter at barneparken og gjerdet rundt er revet? Hva med toalett?

Før årsmøtet hadde Kampen vel invitert til paneldebatt med blant andre Bymiljøetaten, men ingen møtte derfra. Det ble dermed primært en diskusjon mellom representanter i veiet og om lag 20 fremmøtte.

Bymiljøetatens forprosjekt for videre utvikling av parken, og hvordan beboerne blir involvert, er foreløpig litt uklart. Det omstridte gangbroprosjektet fra NRK over til parken, har Kampen vel påpekt som uønsket, da det vil gå utover barn- og unges bruk av idrettsfeltet og lekeområdet i «Nyparken».

Forprosjektet gjelder den øvrige parken. Hundeeiere hadde mobilisert,

og var i stort flertall på møtet. De ønsket å benytte det tidligere inngjerdede området rundt barneparken til hundepark. Andre mente at hundene kan løpe fritt i hundeparken på Ola Narr eller på Galgeberg. Kampen vel mente det burde tenkes alternativer til området der barneparken hadde vært, hvor gjenstående lekehus og sklie allerede benyttes av barn.

Andre innspill gikk på å få flere arrangementer i parken, som utendørs konserter, for eksempel i samarbeid med NRK. Å etablere områder i skråningene rundt, hvor markblomster kan vokse fritt, vil være med på å sikre biologisk mangfold. Videre må vannspeilet og grotten mot festplassen beholdes. Kampen vel tar denne saken videre i sitt pågående samarbeid med Bymiljøetaten, og ba de som hadde innspill om å sende e-post til: kampenvel@gmail.com

Tekst: Robert Lorange,
Foto Tommy Grøtterød

Parkens historie

Kampen ble innlemmet i Kristiania i 1878. Det ble innført murtvang for ny bebyggelse, og anlagt et vannreservoar der det hadde vært militær ekserserplass. Hit ble det ført vann fra Maridalsvannet, som ble videreført i rør nedover til lokale vannposter.

Parallelt ble Kampen park anlagt. Den stod ferdig i 1889, og året etter kom Damvokterboligen. Parken fikk store gressområder, en festplass foran en vanngrøtte, og tregrupper. Beliggenheten høyt over byen, med det sterkt kupert landskapet, gjorde parken unik. 140 år senere er det et av Oslos mest fantastiske, frodige og vakre parkanlegg.

Fra 1921 var det sommerkonserter i parken i mange år. Seinere er den brukt som festplass, til skirenn, og i de seinere årene: sykkelbane og skøytebane, og utstyrt med bålpanne, sittegrupper og bordtennisbord.



Brinken syd – mars 2026

Opp fra Galgeberg strekker gateløpet Brinken seg nordover. Opprinnelig er Brinken starten på middelalderens pilgrimsled fra middelalder-Oslo til endestasjon Nidaros domkirke i Trondheim.

Fram til 1930-tallet var gateløpets vestre side grense mot Christiania. Her var det fram til da ingen bebyggelse på den siden. Mens på østsiden fantes det enkelte små panelte tømmerhus oppe i skråningen bygget i

tiden før 1878. Først i tiden etter byutvidelsen kom de første leiegårdene som ses til høyre langsetter Hølandsgata. Og fra vår moderne tid ses de nypåbygde balkongene på høyblokka i Hølandsgata 1 fra 1961. Til sammen et ganske komplekst område. Sammen med Normannsgata er dette Kampens eldste gateløp, med historiske røtter fra lenge før Kampen ble Kampen.

Så er det endelig blitt tidlig vår, med snøsmelting og lysere tider. På tide å

få på plass et nytt motiv til Kampenposten. Jeg fikk streket opp en rask skisse på stedet, tatt flere bilder med mobiltelefonen, og gjort noen bearbejlinger av forgrunnen for å optimalisere opplevelsen av gateperspektivet. Deretter fullførte jeg vannfargebehandling hjemme på kjøkkenet.

Hurra for mangfoldige Kampen.

Robert Lorange
06.03.26

Støttekonsert for Jazz på Kampen



I fem år har Jazz på Kampen gledet oss med konserter i Kampen Kirke og i menighetshuset. De har som mål å betale musikerne gjeldende satser og har søkt midler fra kommunen, bydelen og stiftelser. Med årene har det blitt stadig vanskeligere å få støtte.

Ole Morten Vaagan tok tak og inviterte med Rob Waring, Knut Kvifte Nesheim og Odd Riisnes, musikere som alle bor

på Kampen. De stilte opp gratis. Støttekonserten Lenge leve Jazz på Kampen ble en suksess. Torsdag 4. juni strømmet publikum til og fikk oppleve lokale musikere i verdensklasse. Applausen viste at de var svært fornøyde. Kampenposten stemmer i:

Lenge leve Jazz på Kampen.

Tekst og foto: Tommy Grøtterød

I NABOLAGET



Fighter mot Parkinsons

– Det er ingen her som noensinne drømte om at de skulle begynne med boksing, sier Johnny Carlsen i Oslo Bokseklubb. Han trener personer som er rammet av Parkinsons sykdom. Tilbudet har blitt svært populært.

– Oslo bokseklubb er blitt avhengighetsskapende. Det er bare Vålerenga-kamper som kan gå foran, sier Jan Blegeberg, Kampenbeboer på 71 år. Han fikk diagnosen for fem år siden, og har siden vært veldig bevisst på å holde sykdommen i sjakk ved hjelp av fysisk aktivitet. Det samme har Oddmar Stenhaug på 76 år. Han har hatt Parkinsons siden han var 68 år, og bor på Strømmen.

– Her kommer det folk fra hele Oslo

og fra områdene rundt. Det er om lag 100 personer som nå er med på treninger flere ganger i uka. Det er en veldig fin gruppe, sier trener Johnny Carlsen. Selv har han holdt på med boksing i nesten 50 år, og har vært boksetrener i omtrent 30 av dem.

Oppstår vennskap

Treneren får også gode skussmål fra Jan og Oddmar: Johnny er veldig motiverende, ifølge dem. De forteller at

det også oppstår gode vennskap blant dem som er med på treningene. Det arrangeres for eksempel julebord og sommerfester.

– Det er jo ikke så rart, siden vi jo er personer som har de samme utfordringene, og det er fint å være sammen, sier Jan.

– Vi arrangerer også fagdager, og har hatt foredrag om for eksempel kosthold og stressmestring, sier Johnny.

Fortrening

Oddmars erfaring er at dette er en diagnose som kan være vanskelig å ta innover seg. Selv var han lenge i en slags fortrenningsmodus:

– Jeg fikk mistanke mange år før jeg fikk påvist sykdommen. Jeg holdt på med pistolskyting, og ble plutselig mye dårligere uten at jeg klarte å forklare hvorfor. Og jeg ble mye langsommere på skøyter. Så var det en fysioterapeut som mente at ganglaget tydet på Parkinsons.

– Ja, det starter ofte med at man snubler og er ustø, fortsetter Jan.

I tillegg til å gå på trening i Oslo bokseklubb, er Jan ute og går tur hver morgen, han spiller bordtennis og går på bassengtning.

– All fysisk trening hjelper.

«Non-contact-boxing»

Det er ikke boksing i tradisjonell forstand, altså med slag mot overkropp og hode. Her er det få blåmerker og ikke noe blod. Treningsformen omtales som «Non-contact-boxing». Det vil si at man slår i hanskene til hverandre eller på en boksesekk. Men det er viktig å påpeke at en stor del av treningen består av strekking, bøyning og andre øvelser. Pusting er også del av repertoaret. Treningsformen skal fremme balanse, koordinasjon og bevegelse.

Det er stor variasjon i alder i de Johnny trener. Den yngste er rundt 40, den eldste 85 år. Gjennomsnittsalderen er rundt 60+. Det var ingen damer som ville la seg intervju av Kampenposten, men blant de treningsvillige er fire av ti kvinner.

Tekst og foto: Anne Mette Ødegård



Johnny Carlsen har vært boksetrener i omtrent 30 år, og er en populær mann i treningsgruppene med personer som er rammet av Parkinsons sykdom.



Det oppstår gode vennskap blant dem som trener her, sier Oddmar Stenhaug (til venstre) og Jan Blegeberg.

Parkinsons og boksing

Parkinsons sykdom påvirker hjernens evne til å styre bevegelser. Andre symptomer er muskeltivhet og skjelving. Sykdommen starter ofte i 50-70-årsalderen, og menn rammes oftere enn kvinner. Tegnene på Parkinsons begynner gjerne snikende. Rundt én prosent av befolkningen i aldersgruppen over 65 år har Parkinsons sykdom i Norge. Boksetreningen kalles Rock Steady Boxing, ble utviklet i USA og innført i Norge i 2016 av Oslo

og Akershus Parkinsonsforening i samarbeid med bokseforbundet og Oslo bokseklubb. Det var Rune Vethe som tok initiativ til å innføre denne treningsformen i Norge, etter å ha prøvd den i Canada i 2013.

En oppsummering av forskning på området viser at boksetrening kan forbedre både motoriske og ikke-motoriske (som for eksempel søvnvaner) symptomer hos pasienter med Parkinsons (Wang m.fl. (2025). Effects of boxing exercise in people with Parkinson's disease: a systematic review, Front Aging Neurosci).

Kampen Vinyl

Å sette en vinylnerd til å skrive om vinyl er en farlig øvelse. Men er det egentlig nerdete å foretrekke musikk på det fysiske vinylformatet?

Dette formatet er så mye mer enn bare en nerdekrangel om lyd kvalitet. Formatet vinyl er en totalopplevelse! Coverkunst, rekkefølgen av låtene og bare den fysiske opplevelsen av å reise seg for å snu albumet! Ingenting av dette kan oppleves med strømming, knapt nok med en CD.

Mange har sikkert lagt merke til Kampen Vinyl i Nannestadgata, og dette mente selvfølgelig undertegnede var verdt et besøk. Men butikken er bare åpen på lørdager og søndager, kan dette være bærekraftig? En grå søndag formiddag tok Kampenpostens utsendte en prat med eieren Axel Haugan.

Eier lokalene

– Lokalene er i mitt eie, men jeg fikk selve platebutikken i 50-års gave av min samboer. Jeg er utdannet arkitekt, men er digital utvikler på flere forskjellige web-plattformer for store norske mediekonserner. Derfor kan jeg drive som jeg gjør nå, beretter Axel.

– Jeg kjøper gjerne inn store samlinger, og i hovedsak er det mest jazz det handler om. Blues er også noe som er aktuelt, så jeg får se hva det utvikler seg til. Uansett er det ikke noe poeng i at det skal være et overskuddsforetak. Jeg vil at butikken også skal være et sosialt møtested, poengterer Axel.

Design og interiør

Axel Haugan kan berette at møbler og platehyller er designet av han selv, og snekret av Nikolai Fuglerud. Axel presiserer at han er svært optimistisk vedrørende fremtiden.

At den lille butikken er godt besøkt, kan Kampenpostens utsendte bevite. Det var ganske så mange mennesker i butikken en lørdag. På søndagen begynte kunder å rulle inn like etter åpningstid klokka 12. Undertegnede slanka også lommeboka med to nydelige Chet Baker-innspillinger.

Tekst og foto: Børge Øgård



Axel Haugan fikk platebutikk i 50-års gave av samboeren sin.



Det går mest i jazz hos Kampen Vinyl. Poenget er ikke å være et overskuddsforetak.

Skal du
selge eiendom
denne sommeren?

Forbrukertilsynet anbefaler boligselgere
å invitere tre meglere på befaring.
Det gjør vi også.



PRIVATMEGLEREN
KOMPLETT

Schweigaards gate 40, 0191 Oslo
www.privatmegleren.no

Populær kjøpmann fikk pris på Kampendagene



Kampen vels leder Joakim Wang overrakte Kampenprisen – en miniatyr av kamelen på Thorbjørn Egners plass, laget av Christine Aspelund – til Stein Bakken. Foto: Børge Øgård

Kampenprisen gikk i år til Stein Bakken, kjøpmann på Bunnpris. Bakken får prisen for «mangeårige omsorg, hjelpsomhet og innsats for folk på Kampen, langt utover det forventede».

Juryen skriver i begrunnelsen at Bakken har blitt foreslått år etter år, siden før pandemien. Dette er første gang prisen blir delt ut til en næringsdrivende etter at Kampen vel endret vedtektene slik at dette ble mulig.

Vinneren ble svært godt mottatt av folk som lørdag hadde møtt opp utenfor Bydelshuset for å ta del i prisutdelingen, høre på Kampen Janitsjar og ta et glass i det fine været.

Kampendagene var i år konsentrert om lørdag og søndag med barneteater begge dager samt andre aktiviteter for barna på lørdag: åpen mikrofon, film og disko inne på Bydelshuset. Etterpå ble det korpsmusikk, Kampenpris og tradisjonell kviss. I år var det ingen stor utescene, men trubadur Joar Balstad underholdt ute mens det ble flere konserter og dans inne på Bistroyen senere på kvelden.

Søndagen bød blant annet på gudstjeneste i Kampen park. I år hadde hele 47 adresser meldt seg på Åpen bakgård. Mange hadde også laget bakgårdsmarkeder. Det var mye folk, god stemning og fint vær – helt til regnet kom like før arrangementet var slutt!



Foto: Børge Øgård



Åpen bakgård ble en stor suksess. Mange benyttet også sjansen til å lage små loppemarkeder i bakgården. Foto: Henrik Evensen



FUGLEN GAMLEBYEN
St. Halvards gate 33, 0192 Oslo

KAFFEBAR • COCKTAILBAR
KAFFEBRENNERI • VINTAGE DESIGN



MAN-ONS: 07:00 - 18:00 • TORS-FRE: 07:00 - 00:00
LØR: 09:00 - 00:00 • SØN: 09:00 - 18:00

fuglen.no fuglencoffee.no

Kampen Kaffe & Bar
ETBL. 2019 MAT — DRIKKE






Man – Ons 08 – 18
Tors – Fre 08 – 20
Lørdag 10 – 20
Søndag 10 – 18

Thorbjørn Egners Plass
Kampen · Oslo

@kampenkaffebar
@jazzpaakampen
kampenbar.no

sport & spine
KIROPRAKTIKK & FYSIOTERAPI

Klinikken med den brede kompetansen. En del av Kampen siden 2015



Tine Deblieck
Fysioterapeut
med Spesialkompetanse,
Personlig Trener og
Yogalærer



Dan Rahmn
Kiropraktor, Klinikkeier,
Spesialkompetanse idrettsmedisin
og funksjonell trening



Øyvind Henriksen
Fysioterapeut og
Personlig Trener

FØLG OSS PÅ SOSIALE MEDIER FACEBOOK & INSTAGRAM  

SPORT & SPINE, NORDERHOVGATA 9, 0654 OSLO TLF: 475 12 910 POST@SPORTSPINE.NO SPORTSPINE.NO



En livskraftig gamling

Med denne tittelen ble Kampen skoles historie presentert i Kampenposten i 1979.

I artikkelen heter det: «Den 17. desember 1888 ble skolen åpnet. Den hadde da 20 klasserom og 900 elever. Skolen var den første i landet som hadde bad for elevene i kjelleren. Dette var åpent for almuen om kvelden.

Byens første skolekjøkken ble også åpnet her i 1891. [...] Gamle elever forteller at Kampen skole kunne være hard, men dette gjenspeiler jo bare miljøet i bydelen, eller som en uttrykker det:

«Kampen skole var ikke noe søtsuppe. Vi som vokste opp på Kampen den gang gikk en hard skole, men vi lærte likevel å bli glad i bydelen og i hverandre».

Kampen Vel

Bli medlem!

bidrar til å opprettholde bomiljøet vårt!



Vi arrangerer Egnerdagen!

Som medlem er du med og verner om Kampens kultur og sørger for at bydelen vår beholder sitt særpreg.

Du bidrar også til at vi kan ha Egnermarked, utekino og Kampenpris, og at vi kan tenne juletreet sammen med kirken.

Les om aktuelle saker, og gi dine innspill på kampenvel.org og [facebook.com/kampenvel](https://www.facebook.com/kampenvel).

Besøk kampenvel.org/medlemskap for å melde deg inn i Kampen vel.

Du kan også holde kamera på mobilen på denne **QR-koden** for å komme til nettsiden.

