



ETTER SKOLETID

Klubbhuset
Idrettsanlegget
4 dager i uka
1400-1700

5. - 7. klasse
50 - 80 deltakere

Aktivitetsledere fra:

- ✓ Ungdomsskole
- ✓ Videregående
- ✓ Etter videregående

#mellomROMMET

MÅL

Gi et ordentlig aktivitetstilbud til 5-7. trinn elever som får med alle



LOKALER OG ANLEGG

Vi bruker klubbhuset vårt, Bjølsenhallen, tennisbanene, Voldsløkka med fotballbanene, flerbruksbanene, skøytebanen, basketballbanen, pumtrackbane, gresset. I tillegg til samarbeidet med Voldsløkka Kulturstasjon som ligger i samme bygg som ungdomsskolen.



SAMARBEIDSPARTNERE

Veldig mange som vi samarbeider med, blant annet NAV, Bydel Sagene, Kulturskolen, Ares Bjølsen og en hel haug med sponsorer

SKOLESAMARBEID

Det er i hovedsak med Bjølsen, Fernanda Nissen, Sagene, Lilleborg, Nordpolen, Berg og Ullevål, i tillegg til noen enkelt elever fra andre skoler. Vi reklamerer gjennom skolene for tilbudet vårt, og har noen ekstra avtaler hvis barn trenger følge av en assistent. I tillegg så har vi en avtale med Voldsløkka kulturstasjon der vi låner deres lokaler og utstyr. Ellers så bruker vi stort sett lokalområde og våre lokaler for aktivitetene.

AKTIVITETER

Tennis, VR, 3dprint og teknologi, styrketrening, Baking, Gaming, Dungeons and Dragons, Hobby, høytidsverksted (jul, påske etc), Tegning, Lego, Brettspill, sjakk, skøyting, maling, musikk, konkurranser, sykurs, (fotball og bandy som kjører parallelt) + diverse andre aktiviteter som barna spør etter. Noen aktiviteter er faste, men endrer seg etter årstid og det barna ønsker å gjøre





ETTER SKOLETID

Klubbhuset
Idrettsanlegget
4 dager i uka
1400-1700

5.-7. klasse
50 - 80 deltakere

Aktivitetsledere fra:

- ✓ Ungdomsskole
- ✓ Videregående
- ✓ Etter videregående

#mellomROMMET



MATTILBUD

Vi har matservering alle fire dagene vi har åpent. Mandag- onsdag så lages maten av vår kjøkkensjef. Torsdag spiser vi restemat/brødmatt. Vi serverer bare sunn mat, og på grunn av kostnader så er det stort sett vegetar, slik at allergier og andre kostholdshensyn blir lettest mulig. Vi har byttet mye handling i butikk med leveranser fra Oda, siden det sparer både tid og penger. Matserveringen skjer i hovedsak mellom klokken 14:00-15:00 (De spiser når de kommer hit, før aktivitetene)

MARKEDSFØRING OG INFORMASJON

Den beste markedsføringen er gjennom deltakerene selv, men vi har også "reklame" gjennom skolene og nettsiden vår.

PÅMELDING?

Jobber med en bedre påmeldingsløsning, men per nå så blir de registrert første gang de er her/ leverer en påmelding på nett, og så sender vi link til Sponden vår, der det meste av info er. All info legges inn i et excel skjema der vi har skole, alder, navn, kontaktinfo, allergier etc.



INVOLVERING AV UNGDOM SOM RESSURSER

Ungdommene er med og foreslår aktiviteter de ønsker å ha, og utfører stort sett oppgaver de har interesse for.

Jobben som aktivitetsleder er populær på ungdomsskolen, og flere har vært med selv på EST. Det er ungdommer fra ungdomsskole, videregående skole og eldre er med.



FRIVILLIGE RESSURSER

Har flere frivillige i løpet av året, noen hjelper til med å lage mat, andre hjelper til med aktiviteter. Noen er mødre, andre jobber med barn i bydelen. Siden de er frivillige, så er det ikke like fast i løpet av året, men vi har en som jobber 2 timer de fleste mandager og en som hjelper med mat de fleste tirsdager og onsdager.

VIDEREUTVIKLING

Flere dager, mindre administrasjon, mer eierskap til ungdommene, flere fritidsordninger, og bli mer selvkjørende



MÅL

Det er å ha aktivitet for de som ikke deltar i organisert aktivitet. Men et større mål er å sørge for vennskap og bekjentskap på tvers av skolene der elevene skal begynne på samme skole på 8.trinn.

SKOLESAMARBEID

Vi jobber med Bakås og Ellingsrudåsen skole, men vi er rett rundt hjørne i å huke tak i Furuset og Haugen skole.

SAMARBEIDSPARTNERE

Vi samarbeider bl.a. med Idrett for alle. De skal bidra med instruktører når vi starter med f.eks. basketball ute til våren 2026.



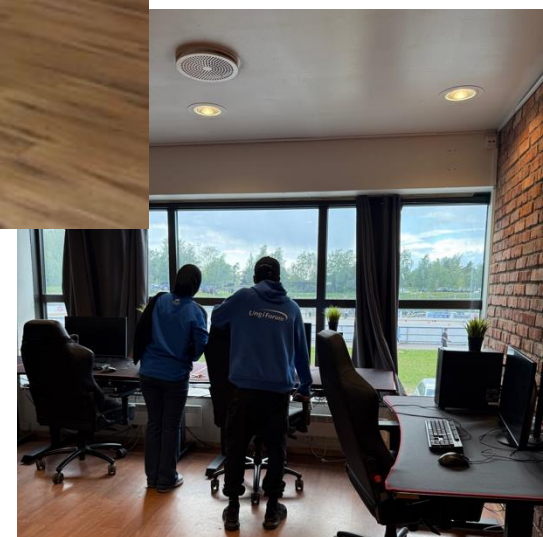
LOKALER OG ANLEGG

Vi holder på i tre lokaler i bygget: vektrommet, dansesalen og gamingsenteret vårt.



AKTIVITETER

Vi har dansing, e-sport og introduksjon til vekttrening. I tillegg setter vi opp bordtennis i gangen, dersom det er trykk på e-sporten så har barna noe å drive med mens de venter.



#MELLOMROMMET

Klubbhuset
Idrettsanlegget
1 dag i uka
1430 - 1700

5. - 7. klasse
30 – 50 deltakere

Aktivitetsledere fra:
✓ Videregående

#mellomROMMET



MATTILBUD

Vi serverer frukt og grønt til hver samling. Regnbuen arbeids- og aktivitetsforum kjøper inn og ordner med dette hver uke.

ALNASKOLEN – EN FORUTSETNING

ALNASKOLEN BLE ETABLERT I 2009, SOM ET TILBUD TIL BARN OG UNGDOM I ALDEREN 15 - 25 ÅR, SOM HAR, ELLER ØNSKER Å HA EN LEDERROLLE I FELLESSKAPSAKTIVITETER I SITT LOKALMILJØ INNENFOR IDRETT, ANDRE FRITIDSAKTIVITETER, ORGANISASJONSLIV OG FRIVILLIG ARBEID ELLERS.



FRIVILLIGE RESSURSER

Næringsliv fremover

INVOLVERING AV UNGDOM SOM RESSURSER

Ungdommen er egentlig lite involvert i planleggingen, men det er selvfølgelig åpent for å komme med ønsker.

Aktivitetslederne er fra videregående skole. De kreves at de har gjennomført Alnaskolen



MARKEDSFØRING OG INFORMASJON

Lederen for prosjektet hos oss har kontakt med sosialagenter og miljøarbeidere på de ulike skolene. All kommunikasjon og markedsføring gjøres gjennom de relasjonene.

PÅMELDING?

De er åpent for alle på de aktuelle skolene, men de registreres med navn, trinn og skole når de kommer - hver gang.



VIDEREUTVIKLING

Flere skoler. Flere idretter/aktiviteter. Flere aktivitetsdager.

#MELLOMROMMET

Klubbhuset
Idrettsanlegget
1 dag i uka
1430 - 1700

5. - 7. klasse
30 – 50 deltakere

Aktivitetsledere fra:
✓ Videregående

#mellomROMMET



MÅL

Målet er å gi barn og ungdom aktivitetstilbud fra kl 1400-1600



Daimi Akin (til høyre) gleder seg til å ønske Løren-unger som Albert og Axel velkommen til det nye etterskoletilbudet ved Løren aktivitetspark. Foto: Christian Boger

Etter to års ventetid åpner Lørens nye aktivitetspark og flerbrukshall: – Ungene her trenger et skikkelig tilbud

PUBLISERT 07.09.2025 - 20:21



SKOLESAMARBEID

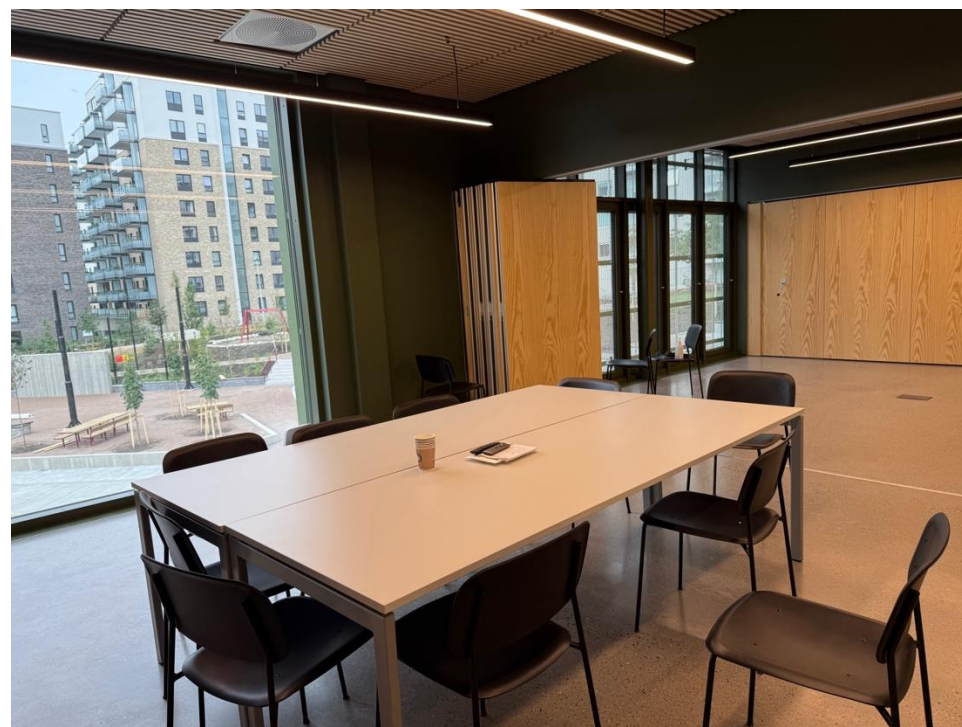
Løren skole og Tegleverket skole.

LOKALER OG ANLEGG

Løren aktivitetspark og flerbrukshall.

SAMARBEIDSPARTNERE

Rema 1000, de bidrar med litt frukt og drikke.



AKTIVITETER

Åpen hall, med ball-aktiviteter, bordtennis, e-sport, leksehjelp.

FIGHTER
ETTER SKOLETID

Løren aktivitetspark
og flerbrukshall
4 dager i uka
1400-1600

5. - 10. trinn
30 – 50 deltakere

Aktivitetsledere fra:
✓ Ungdomsskole
✓ Etter videregående

#mellomROMMET



FIGHTER ETTER SKOLETID

Løren aktivitetspark
og flerbrukshall
4 dager i uka
1400-1600

5. - 10. trinn
30 – 50 deltakere

Aktivitetsledere fra:
✓ Ungdomsskole
✓ Etter videregående



MARKEDSFØRING OG INFORMASJON

Direkte til skolene, sosiale medier, plakater på skolene.

PÅMELDING?

Vi har foreløpig tatt i mot direkte fra skolene med påmeldingslister.

INVOLVERING AV UNGDOM SOM RESSURSER

Ungdommene får presentert mulighetene på anlegget og er med bestemmer hva de ønsker å delta på.

Aktivitetslederne er fra ungdomsskole alder eller etter videregående skole alder.

VIDEREUTVIKLING

Vi har bra pågang av barnetrinnet, mens ungdomstrinnet er litt færre, vi tenker at e-sport kan være en måte å trekke inn flere ungdommer. Vi må få skolene til å markedsføre bedre til barn og ungdommene.

MATTILBUD

Vi lager toast, frukt og saft. En av de voksne tilbereder og serverer.



FRIVILLIGE RESSURSER

Daglig leder og assisterende daglig leder bistår med markedsføring, deltar på møter og støtter opp om noen er syke.

