

AvisN

Avis for Oslo Voksenopplæring Nydalen september 2025

Tur til Sognsvann

Side 12



Vi takker av vår kjære rektor
Side 4-5



Scann QR-
koden
med
mobilens
kamera for
å lese
AvisN
digitalt.



BOOK CREATOR



AvisN september 2025
Oslo Voksenopplæring Nydalen

AvisN er gratis. Redaksjonen består av deltakere og lærere ved senteret.

Oslo Voksenopplæring Nydalen gir skoletilbud til voksne med ulike lærevansker, eller som trenger opplæring etter sykdom eller skade.

Det er over 400 deltakere ved senteret. Senteret har 60 ansatte. Det er undervisning ved senteret fra 9.00 om morgenen til 17.00 om ettermiddagen.

Oslo Voksenopplæring Nydalen, Nydalsveien 38 Oslo. Tlf. 23 39 39 00

E-post til AvisN: marie.moss@osloskolen.no

Rektor har ordet

Tusen takk for meg!

Etter 25 år som rektor ved Oslo VO Nydalen – tidligere Åsen voksenopplærings-senter – har tiden kommet for å ta farvel med en livsoppgave som har vært både meningsfull og utviklende.

Nå venter en ny epoke som pensjonist.

Jeg kjenner på stolthet og glede, men aller mest takknemlighet.

Takknemlighet over å ha fått lede en skole som har betydd så mye for så mange. Gjennom årene har jeg fått innblikk i utallige livshistorier, og samtalene med deltakere har satt dype spor i hjertet mitt. Disse minnene tar jeg med meg videre.

Her har mennesker fått kunnskap og lærdom som har forandret livet – og noen har fått venner for livet.

Voksenopplæringen handler om å gi mennesker mulighet til å komme videre etter sykdom og skade, eller støtte på veien mot studier, samfunnsliv og arbeid. Det krever lærere som ser den enkelte, som setter realistiske og tydelige mål, og som møter hver deltaker med respekt og varme. Det har vi her. Takk til dere.

Jeg er trygg på at verdiene skolen bygger på – Kreativitet, Raushet, Endringsvilje og Mot – vil leve videre i alle som jobber her.

Tusen takk for at jeg har fått være med og forme denne skolen til det den er i dag:

Et godt sted å være, og et godt sted å lære.

Vennlig hilsen rektor Vigdis

Hilsen til Vigdis fra de ansatte

Vigdis har vært en veldig god sjef. Hun gir masse frihet og handlingsrom. Hun gir tillit og ansvar. Hennes mantra er relasjoner, inkludering samhold og felleskap. Hun er våre verdier; Kreativ, raus, endringsvillig og modig!

Det er veldig tydelig at hun liker jobben sin og at hun setter pris på alle de ansatte og alle deltakerne våre. Hun har et bankende hjerte for alle som går på skolen vår.



I tillegg er hun en veldig aktiv og sosial person som gjør masse gøy med venner på fritiden. Hun har kanskje drømt seg vekk til Sverige av og til den siste tiden når vi har drøftet og diskutert alt mellom himmel og jord, men samtidig har hun helt til siste stund vært 100 % tilstede for skolen, de ansatte og deltakerne våre. Vi kommer til å savne henne!



September måned

September er den niende måneden i året. Det er en høstmåned. I september blir dagene kortere. Det er ofte litt kaldere enn i august. Bladene på trærne begynner å bli gule, røde og brune.

I september starter høsten for fullt. Mange barn og voksne går tilbake til skole og jobb etter sommerferien.

I september må vi kanskje bruke varme jakker eller skjerf. Noen dager kan det regne mye, og det kan blåse. Men det kan også være sol og fint vær. Det er viktig å kle seg riktig! Tekst: www.voki.no.

Hei, det nærmer seg avslutningen av din tid her på Voksenopplæringen og vi ønsker gjerne å ha et intervju med deg for å spørre deg om noen spørsmål for å mimre litt for leserne på hva du sitter igjen med fra Oslo Voksenopplæring i Nydalen.

Hvor lenge har Vigdis vært rektor på Oslo Voksenopplæring?
Mange skifter jobb ofte i dagens samfunn – mens her er en av våre medarbeidere som har hatt samme arbeid siden august år 2000. Det vil si at Vigdis har vært rektor ved Oslo Voksenopplæring i 25 år! Først når skolen lå på Åsen, og her på Nydalen fra 2009. Det er gode grunner til at hun har hatt samme jobb her og hun trekker frem samarbeid og fremgang for deltakerne som givende i jobben.



Vigdis åpner dørene til et nytt undervisningsår.

Hvordan har det vært å være rektor ved VO Nydalen?

Det har vært helt fantastisk - både meningsfullt og ikke minst lærerikt.

Fortell om hva du husker fra Oslo VO:

Siden Vigdis har arbeidet her i 25 år har det blitt mye aktivitet og forandringer underveis. Blant annet et antall på 5-6 nye medarbeidere hvert år har også bidratt til at det er nye mennesker å bli kjent med på veien.

Hvordan blir det å slutte her og hva vil du ta med deg videre?

Vigdis kommer til å savne menneskene her og gleden av å se på at personer lærer nye ting. Det at mennesker har jobbet sammen, lært av hverandre og har klart å samarbeide for å lære nye ting – har vært en viktig del av gleden ved å jobbe her. Siden Vigdis har arbeidet som rektor i over 25 år har det vært mange å stifte bekjentskap med på de årene som har gått.

Hva vil du gjøre fremover?

Noen av hennes kommende ønsker er å treffe mer til sin familie og sosialisere mer - utenom det formelle. En annen ting er å delta på forelesninger (gjerne ved Universitetet i Oslo) for å lære mer og holde seg oppdatert ;)

Takk for tiden du har jobbet her og som Vigdis sa det til slutt;
"Vi lærer hele livet".





Takk for nå Eivind og Henning

To travers tar farvel med AvisN når Eivind og Henning takker for seg. Tiden er kommet for at deres tid her er (dessverre) over og vi i redaksjonen vil savne dere her. Det har blitt en vane å treffe dere på vakt her, alltid på plass og klar for å gjøre en innsats for at tekst, ideer og motivasjon skal utforme artikler.

Vi har alle en tilmålt tid på Voksenopplæringen og (etter hva jeg vet) alle har sin tilmålte tid for å kunne delta, medvirke og bidra til skrivingen her. Vi i gruppa lurar på hva de skal finne på og hva de vil gjøre fremover?

Vi tar noen spørsmål for at både vi i AvisN gruppa (og dere lesere) skal få et innblikk i hvor og hva de vil gjøre?

Hvordan har det vært å være i AvisN?

Henning: Egentlig morsomt. Jeg har skrevet mange artikler.

Eivind: Det har vært fint. Det føles at jeg har forbedret mine kognitive evner betydelig siden jeg begynte.

Hvordan har dere funnet kreativiteten og idéer for hva dere vil skrive om?

Eivind: Jeg har spurt gruppen om ideer. I begynnelsen skrev jeg mye om det jeg er interessert i. Jeg har skrevet om mye forskjellig. Jeg har kommet med ideer selv og har fått innspill av avisgruppa.

Henning: Jeg også (nikker).

Hva skjer fremover og vil vi se dere fortsatt på Voksenopplæringen i andre kurs?

Henning: Skal nyte ferien. Etter sommerferien fortsetter jeg på Nydalen VO.

Eivind: Fortsetter i podcasten på Nydalen.

Eivind: Jeg vil takke for meg. Lærerne har vært utrolig flinke til å følge opp.

Henning: Jeg vil også takke resten av redaksjonen. Det har vært en koselig gruppe å være med.

Takk for innsatsen og for mange ideer og motivasjon for at vi har vært en gruppe som har fungert sammen, både for motivasjon og fellesskap. Vi sees!

Gladnyheter

Lars Jacob (første rad til høyre) har fullført et klokkekurs denne våren.

Han fullførte med glimrende resultat og skal ta et påbyggingskurs, høsten 2025.



Gratulerer, Lars Jacob!



Tusenfryd

Av Aleksander

Vi tok buss dit.
Det var en grønn buss.
Vi tok først Thunder Coaster.
Så tok vi Spin Spider og Storm også.
Tømmerenna og Super Splash.
Vi spiste pizza, også
dro vi hjem. Jeg spiste middag
med andre i fellesen og gikk ut med søpla.



Sommer'n skinner, lyset flommer
Varmen danser, livet suser
Reker, is og salt i håret
Shorts og solkrem - klar for året

Bergen venter, fjorder blinker
Havet roper, vinden spiller
Vi vil ha det, vi vil nyte
Sommerferie, ren magi

Sommer'n skinner, lyset flommer
Varmen danser, livet suser
Reker, is og salt i håret
Shorts og solkrem - klar for året

Bergen venter, fjorder blinker
Havet roper, vinden spiller
Vi vil ha det, vi vil nyte
Sommerferie, ren magi

Bergen venter, fjorder blinker
Havet roper, vinden spiller
Vi vil ha det, vi vil nyte
Sommerferie, ren magi



sommersang av Ahmad

Jeg brukte voki.no og [mureka](https://mureka.no)
for å lage sangen.



I motsetning til det mange tror er du ikke nødvendigvis bedre beskyttet med høy solfaktor.

Undersøkelser viser nemlig at man blir solbrent likevel, fordi vi oppholder oss lenger i solsteiken, eller fordi vi slurver med smøringen og smører på for lite.

Det anbefales å bruke høy solfaktor

Forskning viser at de som smører seg med solfaktor 15 eller høyere har lavere risiko for å få føflekk-kreft enn de som smører seg med lavere solfaktor.

Kreftforeningen anbefaler faktor 30.

Det anbefales faktisk 15 minutter sollys per dag. Da unngår du å bli solbrent, og i tillegg dekkes behovet for vitamin D.

Om du ikke får denne mengden sollys hver dag, anbefales D-vitamin tilskudd.

Obs, gammel solkrem kan gi lavere beskyttelse så sjekk holdbarhetsdato. Solkrem skal lagres kjølig og mørkt for at faktoren skal holde seg ved like.



I sommerferien var jeg på hytta og Abrahavn i Kristiansand i dyrepark. Hytta ligger på en øy. For å komme seg til øya må jeg kjøre båt. På hytta pleier jeg å bade. Jeg har med pc på hytta. På hytta har vi en tv men den virker dårlig.

Når jeg var i Abrahavn bodde vi i en kåk. Jeg måtte løse noen oppgaver for å bli en ekte sjørøver med hjelp av 2 landkrabber.

Når man har gjort oppgavene da får man velge en farge på armbåndet.

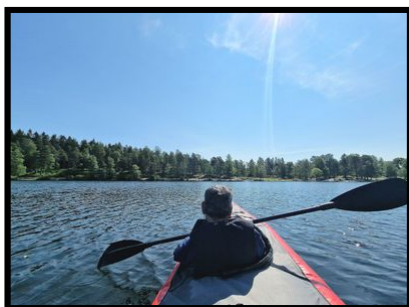


Torsdag 12. juni var vi på tur til Sognsvann med aktiv læring-gruppa.

Det var fint vær. Vi slappet av og solet oss, og spiste frukt og kjeks 🍪 og drakk kaffe.

Vi spilte kubbe. Også padlet vi i kano.

Det var kjempegøy tur.



Månedens match



Ikke planlagt?
Fleip eller
fakta?



El-sparkesykler er populære i Norge. Mange bruker dem til å komme seg rundt i byen. Her er noen fordeler og ulemper med el-sparkesykler:

Fordeler:

Miljøvennlig: El-sparkesykler bruker elektrisitet, ikke bensin. Dette er bra for miljøet fordi det gir mindre forurensning.

Rask transport: Du kan komme deg raskt fra et sted til et annet. Dette er praktisk, spesielt hvis du har det travelt.

Lett å bruke: Det er enkelt å lære hvordan man bruker en el-sparkesykkel. Alle kan prøve.

Billig: Det koster mindre enn å ta taxi eller buss.

Ulemper:

Sikkerhet: Det kan være farlig å kjøre el-sparkesykkel, spesielt hvis du ikke bruker hjelm. Mange kjører for fort.
Regler: Noen ganger er det vanskelig å vite hvor du kan kjøre. Det er ikke alltid lov å bruke dem på fortauet.

Vær: El-sparkesykler er ikke gode i regn eller snø. Det kan være vanskelig å kjøre når det er dårlig vær.

Parkering: Noen ganger er det vanskelig å finne et sted å parkere el-sparkesykkelen. Dette kan være et problem i byen.



Kvener er folk av kvensk/finsk ætt i Nord-Norge. Kvener er opprinnelig et gammelt folkenavn som er kjent allerede fra Ottars beretning som ble nedtegnet ved hoffet til Kong Alfred av Wessex på slutten av 800-tallet.

"Kvener" har vært en norsk betegnelse på finskspråklige grupper som streifet omkring på Nordkalotten og som konkurrerte med nordmennene om handel og skattlegging.

Kvener/norskfinner er offisielt anerkjent som en nasjonal minoritet både i Norge og i henhold til Europarådets rammekonvensjon for beskyttelse av nasjonale minoriteter.

16. mars markeres Kvenfolkets dag. Kvensk er et østersjøfinsk språk som er nær beslektet med meänkieli (tornedalsfinka) i Sverige og med nordfinske dialekter. I Sverige har språket, også kjent som meänkieli, vært anerkjent som et minoritetsspråk siden 2000, og Norge fikk kvensk språk samme status i 2005.

Den 16. mars 2023 var det et arrangement om Kvenfolkets dag som ble holdt på Folkemuseet. Der var det omvisning om historien om kvenene, og hvordan de kom til Norge. Det var også mulighet for å prøve kvensk mat. Der smakte vi på kaffeost og tyttebærbrød. De var begge veldig gode.



Det er viktig at vi har et sted å bo og mulighetene er mange for oss som bor i Oslo - uansett hvilken pris vi er villig til å betale for den. For oss trenger vi både å ha et sted som er vårt uansett om hva vi har råd til å velge. For mange vil i sine yngre dager bo sentralt, ha tilgang til aktiviteter og kjenne på "livet i byen" med en aktiv livsstil.

Uansett hvor du er i livet er det en ting som er viktig, hvor vil du bo og hva kan du betale for stedet - enten du må leie eller har råd til å skyte inn midler for å eie. For det er blant de dyreste stedene å bo i Norge å bosette seg i Oslo. Hva må til for at du skal ha mulighet til å finne et eget sted som du kan bo på i Oslo.

Det antas at de fleste har hatt mulighet til å leie sine første år i Oslo. For deretter å ha en fast jobb, for så å ha spart opp nok til å gå til innkjøp av sin første bolig i Oslo. Selv om din første bolig i Oslo trolig ikke ligger på det "perfekte stedet" i Oslo - er det likevel et sted å være for å samle sammen penger til sin første bolig. For frem til du har opparbeidet deg en egenkapital (eller at noen andre kan ta opp lånet for deg) er det lite du kan gjøre enn å betale for leieprisen som er satt for dere du ønsker å bo. Hva skal til for at vi skal klare egenkapital kravet?

Fordeler med å leie:

Du har ingen utgifter utover depositum og den månedlige leien som er satt i avtalen som er bestemt for leien. For selv om det står i kontrakten at prisen kan øke i følge kontrakten har du mulighet til å avslutte leien og flytte til et annet sted. En ulempe er at det ikke lenger har noen bolig å leie dersom eier velger å selge boligen og slik sett avsluttes leieforholdet.

Fordeler med å eie:

Ved å eie er det sin egen bolig er det deg selv du betaler for å leve i og målet for mange er å nedbetale sin egen bolig. For selv om summen som er satt for leiligheten kan virke svært høy for mange (de fleste) av oss.

Her er det ingen hurtigfiks som man vet om bortsett fra at man må spre til og tjene opp sine egne penger på arbeid. For å bo i Oslo er det dyreste stedet for oss som bor i Norge og det må tas med i betraktningen når det kommer til leie eller eie spørsmålet.

Og dessverre er det fortsatt slik at den som eier kommer bedre ut enn den som leie og at forskjellene kan virke som om det går i feil retning for de av oss har behov for et sted å bo - uansett hvilken boform du velger eller har råd til.



Bilde av uroburos
fra pixabay.com

De som har rødt hår, har en dag: 26. mai.
Det er i noen andre land den 1. september.
I Nederland har de rødt hår-festivalen hvor de
feirer den unike hårfargen sin.

De som har rødt hår, de er ekstra heldige.
Det er som å ha flere bursdager!
De med rødt hår får hvitt hår når de blir eldre.
De som har rødt hår er kule og unike.
De som har rødt hår er fra vikingene.



Jeg reiste til Lillehammer i august. Det var kjempefint.

Jeg reiste dit sammen med familien. Det var fint vær.
Det var klar himmel, men det blåste litt.

Lillehammer er en flott by. Det bor ca. 21 000 mennesker der.
Jeg var på Norsk kjøretøyhistorisk museum.

Jeg så mange biler, og det var mange sykler.

Jeg var også på Barnas Gård Hunderfossen, som er en besøksgård. Ca. 200 dyr bor der.

Dessverre fikk jeg ikke besøkt alle dyrene fordi det var vanskelig å kjøre min rullestol noen steder. Jeg anbefaler å reise til Lillehammer, men det er lurt å ta med en elektrisk rullestol i stedet for en vanlig rullestol hvis du er rullestolbruker og skal besøke Barnas Gård.



Kenguru

Av Andreas

5 fakta om Kenguru:

Kenguru leter etter mat i varmen.

Det bor 50 millioner kenguruer i Australia.

Kenguru kan hoppe 9 meter.

Kenguruer kan bare hoppe fremover.

Kenguruer lever fra 8 til 16 år.





Tilbake i mars 2017 lanserte Nintendo den originale Switch, en konsoll som redefinerte hva hybrid-gaming kunne være. Det var ikke den kraftigste maskinen på markedet, men det trengte den ikke å være. Med sitt sjarmerende utvalg av eksklusive titler, et smart dokk-og-spill-konsept, og en håndholdt modus som føltes som magi, ble Switch raskt en av de bestselgende enhetene i Nintendos historie. Gjennom årene så vi inkrementelle oppdateringer: den bærbara Switch Lite og OLED-modellen som forbedret skjermkvalitet og batterilevetid, men ikke økte ytelsen. Fans fortsatte å be om mer kraft, flere funksjoner og bedre tilgjengelighet. Nå, i 2025, er ventetiden over.

Nintendo Switch 2 er endelig her!

Selve maskinvaren fortjener en spesiell omtale. Byggekvaliteten på Nintendo Switch 2 er et merkbart steg opp fra forgjengeren. Enheten føles solid, premium og overraskende lett, med forbedret ergonomi som gjør lengre spilløkter mer komfortable – spesielt i håndholdt modus. Joy-Cons har en mer robust og tilfredsstillende følelse, og knappeoppsettet føles mer raffinert totalt sett. Det er tydelig at Nintendo har lyttet til tilbakemeldinger fra årevis med daglig bruk fra millioner av spillere.

Nintendo Switch 2 kjører ikke bare nye, flotte titler. Den løfter nesten alle spill i Switch-biblioteket. Takket være forbedret intern maskinvare og et smartere operativsystem, kjører eldre titler nå i oppskalert 4K med HDR når de er dokket i mørkemodus. I håndholdt modus leverer enheten skarp 1080p-oppløsning på opptil 120 bilder per sekund, avhengig av spillet. Lastetidene er raskere, overgangene er jevnere, og alt føles bare ... bedre. Det er fortsatt en Nintendo Switch, men den har aldri sett ut eller spilt slik før.

Nå skal vi snakke om noe som er dypt viktig for oss: tilgjengelighet. I årevis har det blinde samfunnet bedt Nintendo om å legge til en skjermleser på Switch. Vi har sendt e-poster, lagt ut på forum og snakket direkte med utviklere på arrangementer.



Budskapet har alltid vært det samme: blinde og svaksynte spillere fortjener tilgang til de samme spillopplevelsene som alle andre. Og endelig, endelig! Nintendo har lyttet.

Nintendo Switch 2 leveres med en innebygd skjermleser. Den er ikke perfekt, men den er et massivt sprang fremover. Menyene er nå fullt navigerbare med tekst-til-tale, og funksjoner som høykontrastmodus, fet skrift og store menyalternativer gjør konsollen mye mer brukbar for et bredt spekter av spillere. Dette er et historisk øyeblikk for Nintendo og en stor seier for fellesskapet. Det er imidlertid en viktig begrensning å nevne: skjermleseren er ikke aktivert som standard. Dette betyr at totalt blinde spillere fortsatt trenger seende hjelp til å sette opp konsollen for første gang. Selv om dette kan virke ubetydelig, er det en stor barriere som står i veien for sann uavhengighet, spesielt når du tenker på hvor enkelt det ville vært å tilby en aktiveringssnarvei eller en hørbar ledetekst for oppsett.

Selv om jeg for øyeblikket ikke kan anbefale Switch 2 til mine blinde lesere, med mindre de har et familiemedlem å spille med, er den for alle andre ikke bare en kraftigere Switch. Det er en erklæring: Nintendo er klar for neste kapittel. Og denne gangen begynner de å ta alle med på reisen!

Skolevalg på skolen mandag 8. september

På valgdagen 8. september gjennomføres det skolevalg (ikke stortingsvalg) på skolen. Du kan allerede nå hente stemmesedler i biblioteket. Du finner også brosjyrer og bøker om stortingsvalg, politikk og historie ved utstillingen.

Du kan avgi din stemme ved skolevalget mandag 8. september, mellom kl. 11.30 og 14.00. Stemmeavlukket står i biblioteket. Ta kontakt med din lærer eller biblioteket om du har spørsmål, eller om du vil avgi stemme før 8. september.

Godt skole- og stortingsvalg!

Hva er skolevalg?

Skolevalg er et prøvevalg som avholdes i før et valg, for eksempel stortingsvalg.

På skolevalgene får du prøve deg på å stemme.



Det er lett å gjøre så lenge du har bestemt deg for hva du skal stemme på. Vi velger nå hvem som skal styre landet de neste 4 årene. De største partiene er Arbeidspartiet, Høyre, Fremskrittspartiet, SV, Venstre, KRF, MDG, Senterpartiet og Rødt. Enten fortsetter Jonas Gahr Støre som statsminister, eller så kan det bli Erna Solberg eller Sylvi Listhaug. Dette blir spennende!

Hvor kan du stemme?

Det korteste er å gå fra Nydalen Voksenopplæring er å gå til stemmeboden som ligger rett på utsiden av huset i retning BI-bygget. Her kan du forhåndsstemme frem til og med 5.september. Det er flere andre muligheter rundt omkring i Oslo by hvor du også kan legge din stemme i valget.

Hvorfor er det viktig å stemme?

Uten din stemme er det alle andre som avgjør valget og din stemme har ikke telt med for dine saker som du bryr deg om. Uansett om du vil stemme på de store partiene, eller et av de mindre, så har det en betydning for å avgjøre hvem som vil få din stemme.

Hva må du huske på?

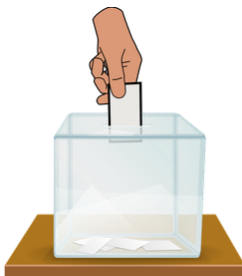
Det eneste du trenger å ha med deg er legitimasjon på at du er deg, enten om du har et bankkort med bilde, førerkort eller et pass for å stemme.

Lurer du på noe mer?

Les på www.valg.no

Godt valg!

Bilde av Tumisu fra
[pixabay.com](https://www.pixabay.com)



Idrettsutøvere som legger opp/har lagt opp:

- Therese Johaug har lagt opp.
- Jørgen Graabak har lagt opp.
- Alexander Kristoff har lagt opp.
- Brødrene Bø har lagt opp, vunnet ganske mye.
- Jarl Magnus Riiber har lagt opp.
- Lucas Bråten har gjort comeback, kjører nå for Brasil.
- Pål Golberg har lagt opp.
- Birgit Skarstein har lagt opp.

Friidretts-VM

Av Andreas

Det går i Japan, Sapporo fra trettende til tjueførste september. Det er 3. gang det er i Japan.

Det skulle vært i august, men det ble flyttet på grunn av frykt for hetebølge.

Det ble arrangert VM i friidrett nitten nittien(Tokyo) og VM i friidrett 2007 (Osaka).

Årets mesterskap blir det 20. verdensmesterskapet i friidrett.

Karsten Warholm, Markus Røt, Henriette Jæger, Sander Skotheim og Jakob Ingebrigtsen kan ta medaljer. Det blir vist på NRK1. Det er 7 timer forskjell mellom Norge og Japan. Mange øvelser er på natten og om morgenen.



Kong Harald og Dronning Sonjas hjem er Slottet i Oslo. Jeg har vært inne på slottet. Det er så nydelig og vakkert. Slottet ble bygget i 1824. Den sto ferdig i 1849.

Bygdø kongsgard

Kongsgarden ligg på Bygdøy i Oslo. Bygningen er ått av staten og er stilt til disposisjon for Kongen. Bygdø kongsgard har en heilt spesiell plass i norsk historie.



Månedens miljøtips



Bruk handlenett når du skal på butikken.

Quiz

Hvem lager flest bilhjul?

1. Stana
2. Lego
3. Tesla



Hvor mange dekk lager LEGO i året?

1. 318 millioner
2. 200 millioner
3. 170 millioner

Når ble google oppfunnet?

1. 1997
2. 1999
3. 1998

Når ble den første iPhone lansert?

1. 29. juni 2007
2. 13 januar 2007
3. 15 desember 2007

Hvor gammel ble Michael Jackson?

1. 49 år
2. 50 år
3. 51 år

Hva sto det på verdens første tekstmelding?

1. Merry Christmas
2. Happy new year
3. Happy easter

Når ble Dissimilis dannet?

1. 1993
2. 1985
3. 1980

Når kom den første YouTube-videoen ut?

1. 23 april 2004
2. 23 april 2006
3. 23. april 2005

Svar
1. Lego.
2. 318 millioner.
3. 1998.
4. 29. juni 2007
5. 50 år
6. Merry Christmas
7. April 2005

Kantinemeny Oslo Voksenopplæring Nydalen

Skolens kantine er åpen for deltakere, ansatte og gjester.
Kantina er åpen hver dag fra 12.00 til 12.45.

Mandag: Suppe

Liten: 15,00 / Stor: 25,00

Tirsdag: Restesuppe eller rundstykker

Onsdag: Rundstykker

½ stk med pålegg: 15,00

Torsdag: Salatbar

Liten: 30,00 / Stor: 40,00

Fredag: Pizza

1 stk: 30,00 / 2 stk: 50,00



MÅNEDENS FREDAGSPIZZA:

- 29.8: Auberginepizza og Den Enkle
- 5.9 : Miljøpizza 1 og pizza med pære og chevre
- 12.9 : Gulrotpizza og VO's beste
- 19.9: Spinatpizza og 4 oster
- 26.9: Ertekrempizza og tacopizza

Ved fravær (og onsdag-fredag) kan det kjøpes brødsiver, pålegg, yoghurt. Se detaljert meny i kantinen for priser og drikke. Kaffe og te er gratis for deltakere.

IKT-support i biblioteket

Trenger du hjelp med PC, nettbrett eller mobil? Du kan få hjelp i biblioteket hver onsdag. Vi kan hjelpe deg med PC, mobil og nettbrett, eller andre digitale verktøy.



Vil du ha mer informasjon om tilbudet kan du kontakte lærer eller biblioteket. Vi forsøker å hjelpe alle som kommer hver gang.

Tidspunkt: Hver onsdag, kl. 12.45-14.30.

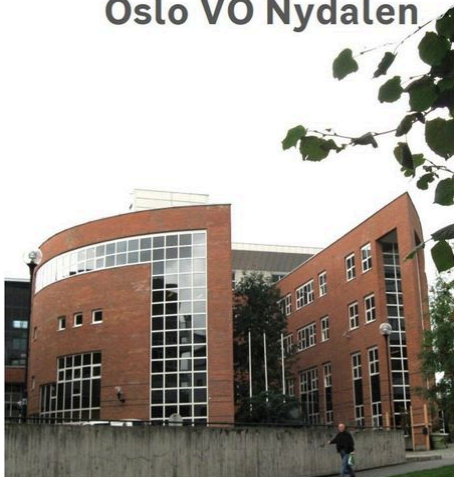


Oslo kommune
Utdanningsetaten

Oslo Voksenopplæring Nydalen

Deltakerbrosjyre 2025/2026

Oslo VO Nydalen



*Scann QR-koden
med mobilens
kamera for å åpne
brosjyren:*



I deltakerbrosjyren finner du informasjon som kan være nyttig i løpet av skoleåret. Den inneholder kontaktinformasjon til ledelse, lærere og andre ansatte, skoleruten og andre praktiske opplysninger om skolen.

Du kan også hente den som vanlig brosjyre i resepsjonen.

Informasjon finner du også på skolens nettside: www.nydalen.oslovo.no