



Bydelsavisen



Tirsdag 24. maj 2022
16. årgang nr. 4

Bispebjerg

Borgermøde om 3 timers parkering Ryparken/Rymarksvej



Af Lia Ottosen
Københavns Kommune, Teknik- og Miljøforvaltningen

Invitation til borgermøde om Parkeringszone i Bispebjerg/Østerbro (Ryparken og Rymarksvej) onsdag 8. juni, kl. 17-19. Indgang ved Institut for Blinde og Svagsynede, Rymarksvej 1.

Politikerne på Københavns Rådhus har i budgettet for 2022 afsat penge til at etablere 15 nye tidsbegrænsede p-zoner i byen, - blandt andet i området omkring Ryparken og Rymarksvej.

Teknik- og Miljøforvaltningen afholder derfor borgermøde om den kommende parkeringszone, som også sendes i offentlig høring. Derefter skal politikerne på rådhuset endeligt skal tage stilling til udformning af den tidsbegrænsede zone, som forventes at træde i kraft i starten af 2023.

Alle er velkomne til borgermødet, og tilmelding er ikke nødvendig. Materialet til høringen vil efter den 23. maj 2022 komme på høringsportalen blivhoert.kk.dk, hvor man også kan afgive høringssvar.

Forslaget i korte træk

- Den tidsbegrænsede parkeringszone oprettes med 3 timers tidsbegrænsning på hverdage fra 08-22.
- Det betyder, at parkering er gratis for alle, men man kan højst parkere 3 timer i tidsrummet 8-22 man-fredag.
- Beboere med adresse inden for den tidsbegrænsede zone kan ansøge om beboerlicens. Der udstedes højst 1 licens pr. person over 18 år i husstanden. Licensen er gratis, og fritager fra tidsbegrænsningen.
- Virksomheder med adresse i zonen kan få licenser til erhvervskøretøjer tilknyttet virksomheden. Der er ikke begrænsning på antal erhvervslicenser. Licensen er gratis, og fritager fra tidsbegrænsningen.
- Der vil blive etableret en ordning med gæstelicenser. Hver beboer inden for zonen over 15 år kan ansøge om max 10 gæstelicenser pr. person om året. Gæstelicensen gælder for én kalenderdag til det køretøj, som den er udstedt til.
- Parkeringszonen med tre timers tidsbegrænsning vil gælde på kommunale veje og private fællesveje inden for det afgrænsede område.
- Parkeringszonen gælder ikke privat grund/privat vej.



Den foreslåede parkeringszone vedrører både Ryparken (Bispebjerg Bydel) og Rymarksvej (Østerbro Bydel). Zonen afgrænses af Lyngbyvej til Kommunegrænsen mod Gentofte, Tuborgvej, Naturparken og idrætsanlægget)



Bispebjerg Lokaludvalg inviterer til byvandring

Tirsdag 31. maj kl 17-19 med start fra Drejervej 25.

**Turguide er Stefanie Høy Brink
Museumsinspektør fra Københavns Museum**

Formålet med byvandringen er at kigge på et antal karakterfulde bygninger i Bispebjerg Bydel, der kunne fortjene at blive bevaret. Tilmelding er ikke nødvendig.



Dialogmøde

TRYGHED I BISPEBJERG - hvordan står det til?

Tirsdag d. 24. maj kl. 19-21
Krypten, Grundtvigs Kirke

Bispebjerg Lokaludvalg inviterer sammen med Områdefornyelse Bispebjerg Bakke til dialogmøde om trygheden i bydelen. På mødet kan du bl.a.:

- høre mere om Københavns tryghedsundersøgelse og de tryghedsindsatser, der er i bydelen
- komme med dine oplevelser af, hvad der skaber utryghed og idéer til, hvordan vi sammen gør Bispebjerg endnu tryggere
- møde din lokale betjent

Tilmelding er ikke nødvendig.

Vil du høre mere om dialogmødet, er du velkommen til at skrive til Bispebjerg Lokaludvalgs sekretariat på fs5u@kk.dk eller ringe 29 39 70 06.



Bispebjerg
LOKALUDVALG



Sankt Hans-fejring ved Emdrup Sø

Af Anna Lindquist
Gruppeleder hos Lundehuspejderne

Som traditionen foreskriver fejres Sankt Hans aften i Emdrup Søpark (i krydset Tuborgvej/Emdrupvej) torsdag 23. juli 2022 kl. 17.00-20.30. Pladsen åbner kl. 17.00 og bålet tændes 19.30.

Program

17.00. Madbod, hoppeborg og spejdernes børneaktiviteter åbner.
18.45. Live-musik v. Frederik Konradsen
19.30. Båltale v. skoleleder på Lundehusskolen, Kim Stenholm Paulsen
19.49. Vi synger herefter midsommervisen, og bålet tændes
19.45. Live-musik v. Frederik Konradsen
20.30. Tak for i aften

Arrangementet er børnevenligt med både hoppeborg, spejderaktiviteter og musiske indslag for børn og voksne ved Frederik Konradsen.

Der vil være mulighed for at købe burgere, hotdogs, kager, drikkevarer samt et vegansk alternativ.

Arrangementet afholdes af Lundehusspejderne, og støttes af Bispebjerg Lokaludvalg og Lundehus Kirkes Menighedsråd.



Lokaludvalgets perspektiv



Af Alex Heick
Formand for Bispebjerg Lokaludvalg

Lokaludvalgets arbejdsplan

Alle Københavns 12 lokaludvalg har altid 20-30 sager under løbende behandling. Nogle er under opstart, nogle er i fokus, og andre er under afslutning. I denne tid er der fokus på en række sager, som på anden vis er annonceret i denne udgave af Bydelsavisen. Enkelte af disse aktuelle sager skal nævnes.

Parkeringszone i Ryparken

Som det fremgår af forsliden er et forslag om en parkeringszone i Ryparken på vej i offentlig høring. Behovet herfor er vekslende, men eksempelvis er der intens parkering ved Idrætsanlægget, når der er idrætsstævne. Den såkaldte Sydvej er den eneste tilkørsel til Idrætsanlægget. Men sydvejen er en privat vej, hvilket kunne skabe en vis debat. Læs mere om forslaget på avisens forside, og 23. maj bliver forslaget lagt på høringsportalen www.blihoert.kk.dk.

Byens sjæl (i Fuglekvarteret)

Københavns Kommune har igangsat et arbejde, der skal handle om at få beskrevet byens (bydelens) sjæl. Den officielle invitation ses nederst på næste side. Enhver kan inden 23. juni nominere bygninger, der er særligt karakterfulde, og bidrager til "Byens Sjæl". Op til 10 bygninger pr. bydel vil herefter af et dommerpanel blive vurderet og få status som bevaringsværdige. Det spiller fint overens med, at Bispebjerg Lokaludvalg aktivt arbejder for, at der skal udarbejdes en bevarende lokalplan for "Fuglekvarteret", hvor udviklingen for tiden går stærkt. Her findes mange mindre interessante bygninger, men der er også mange, som klart er bevaringsværdige, og som man bør

prøve at passe på. I den anledning er der møde om Kulturarven i Fuglekvarteret 21. juni (se avisens side 3). Desuden arrangeres en bydelsvandring 31. maj (se opslag på avisens forside), der skal pege på interessante bygninger i det gamle industrikvarter.

Bydelsplanen

Udarbejdelse af en Bydelsplan er en bunden opgave for et lokaludvalg. En bydelsplan skal udarbejdes i begyndelsen af et nyt lokaludvalgs funktionsperiode. Det er dog ikke alene lokaludvalget, der skal udarbejde en bydelsplan. I idéfasen forudsætter det en omfattende inddragelse af borgere, som kan og vil tænke tanker om hele bydelens fremtid. Startskuddet er "Bydelsdagen" 26. august. Selvom der er lidt tid til, så sæt allerede nu kryds i kalenderen. Se også opslaget om denne dag lige nedenfor disse ord.

Bispebjerg.dk

www.bispebjerg.dk er en hjemmeside, som lokaludvalget har drevet i en årrække som en service for bydelens netværk. Det er en gratis arrangementskalender, som alle kan bruge, og den bruges rimeligt flittigt. Bispebjerg.dk er iøvrigt knyttet op til den bydækkende kalender Kultonaut. Siden vil muligvis kortvarigt være nede en uges tid i juni, fordi den skal opgraderes.

Lokaludvalgsmøder er åbne

Har du spørgsmål til lokaludvalget, kan du kontakte os på www.bispebjerglokaludvalg.kk.dk eller du kan sende en mail til en af adresserne nederst til venstre på denne side. Du kan også møde op til et lokaludvalgsmøde, hvor der er sat tid af til henvendelser fra borgere. Har du synspunkter på en sag, kan du også skrive til Bydelsavisen.

Alex Heick

Kom og fejr Bispebjerg Bydel

BYDELSDAG

Fredag 26. august 2022 kl. 16-21
BIBLIOTEKET, Rentemestervej 76

Debat med bydelens politikere
Samtale med lokale forfattere
Fællesspisning Børneunderholdning
Workshops Rundvisninger
Quizzet ...Og meget mere

Bispebjerg
LOKALUDVALG

Læs mere på
www.bispebjerglokaludvalg.kk.dk



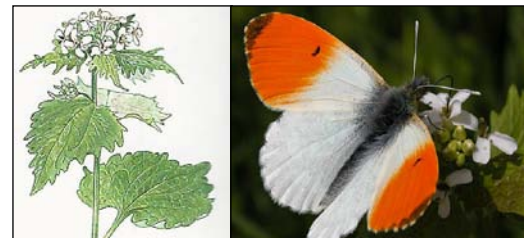
Agendaforening Nordvest

Karens Hus, Bispebjerg Bakke 8

Af Tom Jørgensen. Kontakt: 26538091

Forår og liv

Selvom Karens Hus, Bispebjerg Bakke 8, desværre aktuelt er ude af funktion på grund af ildspåsættelsen ved årsskiftet, er vi stadig i haven hver fredag. Her i foråret pibler livet frem i byens sprækker. Under hække og andre steder, som lades i fred for plantegift og ukrudtsbrændere, dukker for eksempel den elegante løgkarse op i sit andet og sidste leveår. Løgkarse er værtsplante for den fine sommerfugl Aurora, som flyver netop, når løgkarsen blomstrer. Et eksempel på naturens fine samspil takket være, at de to er udviklet sammen.



Løgkarse til venstre og til højre en Aurora sommerfugl siddende på en Løgkarseplante (tak til Bo Mossberg: Den nye Nordiske Flora 1992, og til Wikipedia)

Læg selv mærke til de vilde planter, som finder vej op i lyset i sprækkerne i byens faste belægninger. Vi har i den kommende tid endnu mere fokus på at forbedre bynaturens muligheder for plads til at blive mangfoldig – det kaldes for biodiversitet. I haven ved Karens Hus er dette muligt for os at dyrke i praksis, uanset at der har været brand i huset, og reparationen endnu ikke er påbegyndt. Vi er her stadig hver fredag, og du er velkommen til at kigge ind i perioden mellem kl. 11 og 15! Vi har et begrænset udvalg af skud og stiklinger fra vilde planter til salg, som vi selv har fremavlet. Hemed kan du selv kan fremme bynaturen.



Nyvalgt formandskab for områdefornyelse

På 3. styregruppemøde 11. maj i Områdefornyelse Bispebjerg Bakke blev valgt et formandskab. Fra venstre: Esben Henriksen, Alex Heick, Patrick Christensen, Annika Martins og Jonna Nielsen. Man besluttede desuden en "flad" struktur uden formel formand.

Bydelsavisen Bispebjerg

Udgives af
Bispebjerg Lokaludvalg
Rentemestervej 76
2400 København NV
Bispebjerglokaludvalg.kk.dk

Oplag cirka 89 000
Ansvarshavende: Alex Heick

Kontakt:
bispebjerglokaludvalg@okf.kk.dk
eller alexheick@dadlnet.dk

Lokaludvalgets puljemidler



Af Alex Heick

Bydelspuljen fordeler årligt 2,5 mio. kr. til lokale projekter. Det skal dog for en ordens skyld nævnes, at fordi der har været et meget stort antal ansøgninger i første halvdel af 2022 (formentlig post-corona), er der nu kun ca. 200.000 kr. tilbage i puljen for i år. De resterende ansøgningsfrister i 2022 er 1. september og 1. november. Ansøgningsfristen er kl. 12 de nævnte

dage. Man får besked, om en ansøgning er imødekommet dagen efter det følgende lokaludvalgsmøde. Borgere, grupper, foreninger, organisationer, netværk eller institutioner kan søge om støtte til aktiviteter, der påtænkes afviklet til gavn og glæde for borgere i Bispebjerg Bydel.

Aktører, der ikke hører hjemme i bydelen, kan godt søge om støtte, hvis projektet kommer bydelens borgere til gode. Lokale aktører prioriteres dog højest.

Hvad kan der søges om støtte til?

I vurdering af ansøgninger lægger Lokaludvalget vægt på, at puljemidlerne kommer store grupper af borgere til gode, og at der er medfinansiering eksempelvis i form af egen arbejdskraft.

Bispebjerg Bydelsavis

Bydelsavisen udgives af Bispebjerg Lokaludvalg. Den avis, som De læser nu, er 16. årgang, nr. 4. Oplaget er på 89 000 eksemplarer. Avisen findes dels som indlæg i Lokalaviserne NørrebroLiv, NordvestLiv og Østerbro Avis. Desuden udgives en miniavis, der uddeles af en spejdergruppe til de områder i Bydelen, som ikke dækkes af de tre andre aviser. Den selvstændige avis kan også hentes gratis på BIBLIOTEKET og mange andre steder. En digital version rundsendes til lokaludvalgets netværk og medlemmer af Borgerrepræsentationen. Avisen modtager gerne bidrag fra offentlige myndigheder, institutioner og ikke-kommercielle foreninger og netværk. Kun bidrag, der vedrører bydelen, kommer i betragtning. Læserbreve om Bispebjerg Bydel er velkomne. Annoncer bringes ikke. I skrivende stund vides dog intet om Bydelsavisens fremtid, idet den skal besluttes af Bispebjerg Lokaludvalg på næste lokaludvalgsmøde 19. maj, - hvilket er efter at denne avis er gået i trykken. Det er dog sandsynligt, at næste nummer vil udkomme 23. august med deadline for bidrag 12. august.

KULTURARVEN I FUGLEKVARTERET

Hvad er det for en særlig identitet som bygningerne i Fuglekvarteret har?

Hvordan undgår vi at det hele bliver revet ned og erstattet af nye boligblokke?

Kan vi holde fast i det unikke og samtidig give plads til udvikling?

Bispebjerg Lokaludvalg har sat et hold af eksperter og planlæggere stævne for at gøre os klogere.

KOM OG VÆR MED!

DEBAT: HVORDAN VÆRNER VI OM KULTURARVEN I FUGLEKVARTERET?

**Tirsdag d. 21. juni kl. 17.00-19.00
Hejrevej 30**

Hvad er det særpregede ved Fuglekvarteret?
Og hvordan værner vi om det?

Vi har inviteret planchef Kenneth Horst fra Økonomiforvaltningen til at fortælle om kulturmiljøer i kommuneplanen og lokalplans-eksperten Marianne Bendixen til at komme med 10 gode råd til hvordan man sikrer kulturarven gennem lokalplaner. Sammen med politikerne fra Teknik og Miljøudvalget debatterer vi emnet.

Tilmelding senest mandag d. 13. juni til ZM9U@kk.dk



Bispebjerg
LOKALUDVALG



Se mere på Facebook
[@bispebjerg](https://www.facebook.com/bispebjerg)

Hjælp os med at finde

byens sjæl i Bispebjerg

Hvor finder vi byens sjæl i Nordvest, Utterslev, Emdrup, Ryparken-Lundehus og Bispebjerg? Er det den gamle fabriksbygning, det ydmyge, lille byhus eller vaskeriet på hjørnet, hvor malingen skaller af? Eller måske noget helt andet?

Fra 5. maj til 23. juni kan du nominere de bygninger, som du mener gør København helt særlig, og som fortæller historien om byen. Vi vil nemlig gerne blive kloge på, hvad københavnere mener giver byen sjæl.

I løbet af nomineringsperioden vil Københavns Kommune afholde arrangementer, der kan inspirere og igangsætte samtalen om byens fælles bygningsarv. Et dommerpanel vil herefter udvælge op til 10 bygninger per bydel blandt jeres nomineringer, som de vurderer, er bevaringsværdige. De udvalgte bygninger vil herefter blive behandlet politisk i Borgerrepræsentationen i forbindelse med Kommuneplan 2024.

Sådan nominerer du en bygning, som du mener giver København sjæl:

1. Tag et foto af din bygning og indsæt det på www.byenssjael.kk.dk
2. Skriv bygningens adresse og en kort begrundelse
3. Indtast dine kontaktoplysninger og tryk send!
4. Efter maks. 5 hverdage kan du se din nominering

Du kan læse mere på

www.byenssjael.kk.dk

Foto: Asthild Maria Rasmussen, Copenhagen Media Center



Os unge i Ryparken

Af Nicole Månsson
Idrætskonsulent Kultur- og Fritid Bispebjerg
sa6t@kk.dk

Street sport for alle

På den blå street bane ved siden af håndboldhallen på Ryparkens Idrætsanlæg er de første aktiviteter for forår og sommer så småt på plads. På banen kan man afprøve forskellige street sports, med åbne aktiviteter for unge i alle aldre.

Mandage 18:00-19:30: Fodbold, basket og fri aktivitet med Nour og Jonathan
Onsdage 17:30-19:00: Fodbold, basket og fri aktivitet med Jonathan
Fredage 16:00-18:00: Diskobold for piger med BK Skjold
Lørdage 19:00-22:00: Natbold for 18+ med Zumer
Lørdag 28/5 og søndag 29/5 15:00-17:00: gratis skate-event med Big Heart Skateboarding!

Nour og Jonathan er banens unge, og bor selv henholdsvis i Ryparken og på Østerbro. De står klar mandage og onsdage med alle typer af boldspil og aktiviteter, ud fra hvad man har lyst til på dagen.

af idrætsforeningerne og prøve kræfter med deres sport, - helt uforpligtende. Boldklubben Skjold byder hver fredag alle piger, begyndere som øvede, ind til at prøve kræfter med fodbold, sammen med deres eksisterende pigehold.

I sensommeren vil Big Heart Skateboarding også have hold på banen, og vi har i den forbindelse fået bygget et sæt mobile skateramper til dem, som skal indvies med et event!



Skater-event

Lørdag 28. maj og søndag 29. maj kl. 15:00-17:00, kan man gratis afprøve skateboarding med de seje instruktører.

Der vil være sodavand og snacks.

Her er hvad Simon, en af deres seniorinstruktører, siger om deres event: 'Kom og prøv skateboardingundervisning med os, og det betyder ikke noget, om du er nybegynder eller allerede har øvet dig.

Alt vi skal fokusere på er sjov, frihed og fællesskab gennem skateboarding, hvor vi kan lære dig lige hvad du har brug for - om det er det helt basale med at køre og skubbe på boardet, eller få landet et af dine største drømmetrick! Der er plads til alle. Big Heart Skateboarding er en skateboardforening, som blandt andet tilbyder undervisning i forskellige former: ugentlige hold, camps, privatundervisning eller som til denne 2 dages event - vi glæder os til at se jer!'

Det sker på Ryparkens Idrætsanlæg, Lyngbyvej 110, 2100 Kbh. Den blå street bane ved siden af håndboldhallen

Spørgsmål: Nicole Månsson, Idrætskonsulent Kultur- og Fritid Bispebjerg, sa6t@kk.dk

Facebook gruppe: Street Idræt ved Ryparkens Idrætsanlæg



Her er hvad Nour siger om aktiviteterne: 'Jeg elsker at spille fodbold her i Ryparken. Specielt fordi der er en god fodboldbane ved den blå bane, hvor alle er velkommen, uanset hvor gammel man er. Jo flere, jo bedre! Man kan spille stikbold, høvdingebold, fodbold og meget mere! Det bedste ved at spille fodbold er, når der kommer mange børn og unge som jer. Glæder mig til at møde jer alle sammen.'

Mulighed for at møde idrætsforeningerne

Banen er også en mulighed for at møde nogle



Nye aktører i Demokrati Garage

Af Sofie Hougaard Nielsen
Demokrati Garage
Rentemestervej 57

I maj er seks nye aktører flyttet ind i de nyåbnede rækkehuse i Demokrati Garage.

Aktørerne arbejder hver især med demokrati og deltagelse på forskellige måder. De bidrager dermed væsentligt til Demokrati Garages formål, som er at skabe mere og bedre demokrati.

De nye aktører er

- PLADS – en virksomhed, der rådgiver om byudvikling og arbejder med byens "software", - altså de sociale, kulturelle og menneskelige dynamikker, som foregår mellem byens bygninger.

- a/nordi/c – en ny, nordisk tænketank for kunst, policies og de kreative felter. a/nordi/c insisterer på, at kunst og de kreative felter giver nogle grundlæggende forudsætninger for sammenhængskraft, værdi og vækst i vores samfund.

- Fællesskassen – en andelskasse, hvis grund-

lag er bæredygtig økonomi, fællesskab og solidaritet og som bl.a. har fokus på at støtte grønne projekter, fællesskaber og kollektiver, der fremmer en mere bæredygtig verden.

- Kooperationen – en arbejdsgiver- og interesseorganisation for kooperative og socialøkonomiske virksomheder i Danmark, som har eksisteret siden 1922. Omdrejningspunktet for Kooperationen er demokratisk deltagelse og samfundsmæssig bæredygtighed.

- Andelsgaarde – en moderne andelsbevægelse, som opkøber, genopbygger og forpagter landbrug for at kunne dyrke jorden på en regenerativ, moderne og bæredygtig måde, så de kan producere sunde fødevarer og give naturen mere plads.

- SAGA – en ny, partineutral ungdomsbevægelse, der med markante aktører i ryggen vil gentænke demokratiet og give ungdommen en tiltrængt stemme i den politiske debat. SAGA flytter ind i Akademiet for Social Innovations tidligere lokaler. Akademiet for Social Innovation er flyttet ind i ét af rækkehuse.



SOMMERFEST

Grundtvigs Kirke

Lørdag den 18. juni kl. 11-18

KONCERTER OG UNDERHOLDNING PÅ DEN STORE SCENE
CAFÉTILT • DET GRØNNE HJØRNE • BØRNETEATER
BØRNEHJØRNE • HOPPEBORG • PONYRIDNING
LOPPEMARKED OG MEGET MERE

Se hele programmet på www.grundtvigskirke.dk

Bestil din loppemarkedsstand hos Gitte Blom Christensen,
e-mail: gitte@gittec.dk, tlf. 81 61 00 00. En stand koster 300 kr.,
og man kan leje borde (180 cm x 75 cm) for 60 kr. og stole for 20 kr. pr. stk.

Sommerfesten er støttet af



Borgerpanelet

Af Alex Heick

Lokaludvalget vil gerne vide, hvad du som borger i Bispebjerg Bydel tænker om bydelens udvikling. Du er derfor velkommen til at deltage i bydelens digitale borgerpanel, som er åbent for alle, der bor i bydelen, og er over 15 år. 8 % af borgerne i bydelen har allerede tilmeldt sig borgerpanelet siden opstarten i september 2017. Det er ret flot.

3-4 gange om året bliver man via e-mail spurgt om sin mening om vigtige ting. Alle svar behandles fortroligt, og den enkeltes svar kan ikke identificeres, når svarene præsenteres offentligt. Ved meget lokale sager har vi mulighed for stille spørgsmål specifikt til borgerne i et bestemt kvarter.

Vil du tilmeldes borgerpanelet?

Gå ind på www.bispebjerglokaludvalg.kk.dk. På forsiden ses et link gennem hvilket, du kan tilmelde dig. Du skal oplyse mailadresse, baggrundsspørgsmål om alder, køn, og den gade du bor i. Herefter er tilmeldingen færdig.

Vi er taknemmelige for de svar, som vi får fra borgerpanelet, og vi gør vores yderste for kun at spørge borgerpanelet om vigtige problemstillinger. Har du spørgsmål, kontakt bispebjerglokaludvalg@okf.kk.dk.



DET SKER DE NÆSTE MÅNEDER

Demokrati Garage Rentemestervej 57

Kom forbi til et eller flere af Demokrati Garages mange forskelligartede arrangementer i forsommeren og oplev byens nye mødested og værksted for demokrati!

Foråret spirer og det samme gør aktiviteterne i Demokrati Garage. I denne farverige sæson maler vi vores fælles gård grøn med have-projektet "Gå Til Have". Sideløbende arbejder vi med at skabe plads til alle jer - både croissant-spisere, avis-læsere, mødeafholdere, frivillige, aktivister, håndværkere og de nysgerrige vindueskiggere.

Vi er så glade for at se huset fyldt og glæder os til høre mere om jeres interesser og ideer. Vi udvikler konstant nye formater og koncepter om mere og bedre demokrati. Det gælder alt fra masterclass i deliberativ demokrati, over Skak & Vin, til arkitekturidéer, Demokrati Fitness og frivillige workshops.

Vi har stadig Åben Garage hver anden fredag og Democracy Drinks en gang om måneden, hvor du kan deltage i debatter, få en rundvisning, tage en snak med os om nye initiativer eller bare hænge ud i solen. Du kan se datoerne på Facebook, på oversigten i skabet ude ved vejen foran garagen eller ved at scanne QR-koden her.

DEMOKRATI
Garage

Mød os på
f Demokrati Garage
demokratigarage
www.demokratigarage.dk



D. 25. MAJ KL. 16 TIL 19 // FOLKESTUEN

FORSVARSFORBE...HVAD FOR NOGET?

Et demokratisk og politisk arrangement, hvor du som 18-30-årig kan lære mere om folkeafstemningen om Danmarks forsvarsforbehold d. 1. juni. Socialdemokratiet og Dansk Metal er værter og kultur- og kirkeminister Ane Halsboe-Jørgensen deltager.

D. 27. MAJ OG D. 10. & 24 JUNI KL. 15 TIL 19 // GARAGEBAREN

ÅBEN GARAGE + ÅBEN BAR

Kom forbi til en rundvisning og hør mere om, hvordan du kan tage del i Demokrati Garage

D. 2. JUNI KL. 16-18 // GARAGEBAREN

BOGLANCERING af "Giftig gæld og udpint velfærd" med forfatter Susanne Ekman.

D. 3. JUNI // FOLKESTUEN

Johanne Lykke I Floral Art Studio maler Folkestuens vinduer

Kunstner Johanne Lykke fra Floral Art Studio maler Folkestuens 100 år gamle vinduer ud mod Rentemestervej i juni måned. Kom forbi og hils på hende og se, hvordan hun dekorerer vinduerne med de fineste blomster og farver.

D. 5. JUNI KL. 10-18 // HELE DEMOKRATI GARAGE

GRUNDLOVSFEST med alle aktører i Demokrati Garage.

Demokratiets festdag skal fejres for 173. gang. Det gør vi på dagen med alt fra Demokrati Fitness, Grundlovstaler og Democracy Chair Challenge til krea-værksted for børn og workshops om Grundloven (også for børn).

D. 9. JUNI KL. 17-19 // FOLKESTUEN

DEMOCRACY DRINKS X DEMOKRATI FITNESS

Få trænet dine demokratiske muskler, Demokrati Fitness joiner de første 30 min.

D. 12. JUNI KL. 15-20 // FOLKESTUEN

KUNSTUDSTILLING "POETIC OF PATIENCE"

Seks antropologer viser historier fra unges virkelighed i Sahara

D. 13. JUNI KL. 19-21 // FOLKESTUEN

LANCERING AF NYT FILM-INITIATIV

Kom og nørd sci-fi film, når vi viser den satirisk militær science fiction-film Starship Troopers og vær med til at udvikle et film-"klub" koncept.

D. 26. JUNI // I GÅRDEN

BRASILIANSK SØNDAG

Vi gentager succesen fra sidste år. Kom og lær at danse brasiliansk med både danseinstruktører og live-musik i gården.



Foreningen Birkedommervej

Præstelængen 1 A. 2400 København NV

Af Jette Varn

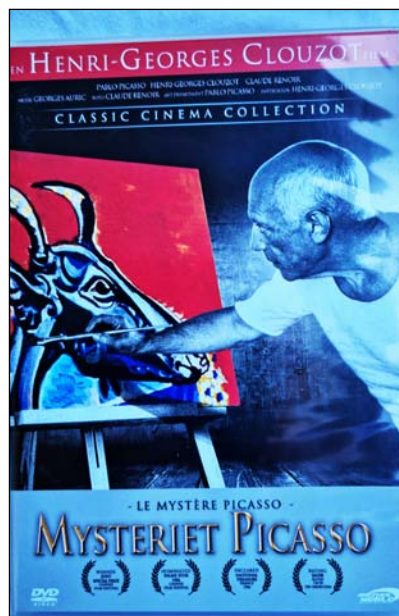
Kære + 65 årige, efterløner eller førtidspensionist i bydelen. Mangler du en god oplevelse, godt samvær, motion, eller en god debat, er du VELKOMMEN til at besøge os ved en af nedenstående begivenheder, eller måske blot dukke op en almindelig torsdag til en kop te/kaffe og en nabosnak. Du er velkommen i klubben de første par gange uden at være medlem, men ellers er det årlige kontingent et beskedent beløb på kr. 150.-

Det sker nu i Foreningen Birkedommervej
Sommeren er på vej, men vi mødes om torsdagen kl. 14.00 til café og råhygge. Er vejret godt, går vi i vores grønne gård, hvor de gode stole og letvægtsborde, som vi fik af Lokaludvalget, kommer i brug. Film og foredrag genoptages i august. Qi Gong holdet kører indtil 21. juni. Nyt hold til august; men du kan stadig nå at være med til mandagsmotion kl. 11.00. Det foregår i aktivitetskælderen.

... Og så har vi endnu en aften her i foråret med vort nye tiltag: Kunst - Ost og Rødvind.

Kunst - Ost og Rødvind Onsdag 1. juni kl. 18.00

Vi viser en unik film om Picasso. I 1955 lykkedes det filminstruktøren Henri-Georges Clouzot at overtale sin ven, Pablo Picasso - måske det 20 århundredes mest indflydelsesrige kunstner - til at male foran filmkameraet.



Resultatet er en forbløffende, hypnotiserende og uforglemmelig filmoplevelse. Fantastiske billeder synes at vokse ud af det rene ingenting.

Et genis skaberkraft er indfanget i processen, og selv i dag regnes filmen "Mysteriet Picasso" for en af de bedste kunstdokumentarfilm, der nogensinde er lavet.

I 1984 udvalgte den franske regering filmen til at være et nationalklenodie.

Sted

Aktivitetslokalet. Du går ind ad gitterporten på Birkedommervej - lige ved hjørnet af Præstelængen, og går ned ad trappen ved første nedgang til højre. Eller gå til Præstelængen 7 og tryk på dørtелефonen til selskabslokalene. Så lukker vi dig ind.

Pris incl forplejning kr. 35.- Tilmelding: 22 13 87 10

Vær med i Bellahøj Kirke

Torsdag d. 26. maj kl. 08.00

Pilgrimsvandring på Kloster-ruten fra Ågerup til Roskilde. Fælles afgang fra Bellahøj ved stoppestedet for bus 350S.

Lørdag d. 4. juni kl. 12-15

Markedsdag med salg af genbrugsguld og boder med strik, frokost og kager.

Lørdag d. 4. juni kl. 17.00

Bellahøjmesse (pinedag) og middag (70 kr.) **T**

Mandag d. 6. juni kl. 10.30

Pinsegudstjeneste og aktivitet med præmie til alle børn.

Fredag d. 17. juni kl. 14.00

Sommerfredagscafé. Banko med Louise Miskow. Kaffebord: 20 kr. Fri entré.

Onsdag d. 22. juni kl. 19.00

Gospel Unusuals sommerkoncert. Fri entré.

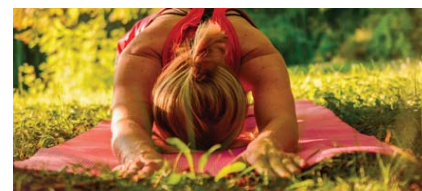
Torsdag d. 23. juni kl. 17.00

Skt. Hans gudstjeneste og grillmiddag (50 kr.) **T**

T = Tilmelding på 38 28 55 58 eller på hjemmesiden.



Bellahøj Kirke
Frederikssundsvej 125A,
2700 Brønshøj
www.bellahoejkirke.dk



KirkeYoga

Hver torsdag kl. 08.30 + 10.00 og fredag kl. 08.30 undtagen i skolernes ferie. (10 gange koster 100 kr.) **T**

Copenhagen Jazz Festival

Torsdag d. 7. juli kl. 20.00

Oliver Hoiness og New Morning.

Fredag d. 8. juli kl. 17.00

Koncert til roser og drømme. Merete Ørting.

Lørdag d. 9. juli kl. 15.00

Nikolaj Hess Special.

Der er fri entré til alle koncerter.



Det sker i Lundehus kirke

Af Ebbe Lauridsen

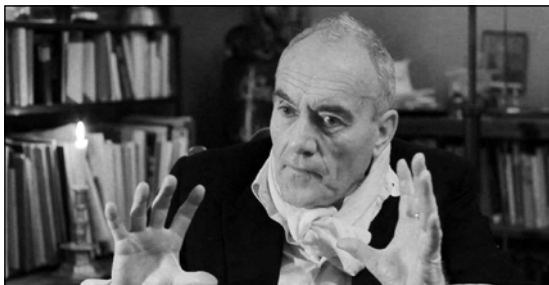


Koncert med Kammerorkestret Felix

Søndag 29. maj 2022, kl. 19:30
Kammerorkestret Felix spiller nordisk orkesttermusik af blandt andre N. W. Gade og Carl Nielsen. Desuden opføres Edward Griegs klaverkoncert sammen med pianist Elena Koukhar.
Der er gratis adgang til koncerten

Koncertprogrammet

Lars-Erik Larsson: Vintersaga
C.F.E. Hornemann: Volmer og Tove (fra Gurr-suite)
N.W. Gade: En Sommerdag på landet
Carl Nielsen: Symfonisk Rhapsodi
Edvard Grieg: Klaverkoncert
Dirigent: Ivar Bremer Hauge



Bock i præstegården

Fredag 3. juni 2022, kl. 19:00

Da sognepræst Erik Bock gik på pension fra sit embede ved Hellig Kors kirke i 2011, var det også afslutningen på et særligt stykke kulturhistorie. Præstegården i Hans Tavsensgade på indre Nørrebro havde da i 4 årtier været mødested og brydningstid for en broget skare af mennesker.

I sin film "Bock i præstegården" indfanger instruktøren Julia Woxberg ånden og stemningen i præstegården, og tegner derigennem et portræt af Erik Bock, som skabte stedet. Julia Woxberg vil denne aften også give koncert i Lundehus kirke.

Filmen vises kl. 19.30, der er koncert kl. 19.00.

Julia Woxberg har sine musikalske rødder i den svenske folkemusik i den tradition, som knytter sig til, når kørerne skulle kaldes ind fra fæboderne om sommeren. Koncerten består både af nykomponeret musik og folkemusik.

Stemmen er hovedinstrumentet, og musikken beskrives som et udtryk med stilhed og inderlighed, som giver mindelser om store skove og svundne tider. Imellem aftenens to dele serveres en forfriskning. Gratis adgang.



Fælles friluftgudstjeneste ved Lundehus kirke

Pinse i det grønne mandag 6. juni kl. 10.30 Vi rykker ud i solen, og bruger græsset, træerne og himlen som kirkerum. Gudstjenesten er for hele familien og er fælles for Taksigelseskirken og Lundehus kirke.

Sognepræst Julie Damlund står for gudstjenesten sammen med de to kirkers organister og kirkekorsangere. Musikpædagog Nynne Hansen deltager sammen med familiekoeret.

Der er saft, kaffe/te og en sandwich efter gudstjenesten. Vi håber på godt vejr og tid til leg og hygge i solen

SOMMER STEMNING I DANSEKAPELLET

HIMMELBLÅ bliver danset i gang

På udendørsscenen tilbyder vi sessions hele maj og juni.
ZUMBA drop-in med Pamela Paldon lørdage 21/5 - 13/8 kl. 11-12
FAMILIEDANS med Boaz Barkan lørdage 14 & 28/5, 11 & 25/6 kl. 10-11
SUMMER SHARINGS: små forestillinger 27/5, 12/6, 27/8 (tider varierer)
SUNDAY SOCIAL: salsa+bachata med Latin Vibes 28/5 kl. 14-17.45
BREAK DANCE: med Santana søndage 22/5 - 26/6 kl. 11-14

Alle er velkommen og det er gratis.
Hvis regn rykkes sessions til Kuppelsalen.

DANSEBALLADEN - 27/6 til 1/7

Sommerferien skydes i gang med danse workshops for 9 - 18 årige danseglade børn og unge.

DANS PÅ RULLESKØJTER + MODERNE DANS + BREAK DANCE BOOTCAMP + HIP HOP

Deltagelse: 400 kr
Detaljer + tilmelding: dansinordvest.dk

INTERNATIONAL KONKURRENCE 8 - 9/7

Copenhagen International Choreography Competition er en event for spirende professionelle koreografer og talentfulde dansere fra hele verden.

Konkurrencen afholdes for 15. gang fredag 8/7 og sluttes af med en stor gallaforestilling lørdag 9/7.

Billetter: se dansekapellet.dk

dansekapellet.dk

@dansekapellet

Bispebjerg Torv 1 - 2400 Kbh NV

Bus 4A og 6A kører lige til døren

DANSE KAPELLET



Aftensang med Melodinerne i Lundehus Kirke tirsdag 7. juni kl. 16.30.

En stemningsfuld musikandagt, hvor kirkerummet danner rammen om en halv times musik og gode ord fra Bibelen, salmebogen og litteraturen. Der er lystænding, stilhed og fælles salmesang.

v. Signe Münchow Krarup-Leth og Melodinerne
Månedens forfatter: Mirian Due

Kaffeklubben

Mandag-fredag kl. 10-12

I kaffeklubben er der plads til alle. Man kan komme for at snakke eller for at sidde i ro og mag med en kop kaffe og en avis. Der er altid kaffe på kanden, og for 2,50 kr. kan man også få en mad. Fredag serveres varm mad.

Jette Rasmussen er leder af kaffeklubben, og er altid til stede i åbningstiden.

Kulturklubben

Torsdag kl. 9.15

En god film i hyggelige omgivelser. Fra kl. 9.15 kan kaffekopperne fyldes op, og kl. 9.30 blændes op for filmen.

Se programmet for månedens film i kirken.



Store dyr i Utterslev Mose

Et godt tegn på at det nu er sommer. En snes Gotlandsfår hygger sig ved Rådvalsvej, og 5 køer holder styr på ukrudt og krat i Højmosen.



Vi ses på hjørnet

- mød os til en snak om projekterne

1. juni

Kvarterplan og Kaffe

Hjørnet af Oldermansvej/Frederiksborgvej

Hvad er en områdefornyelse? Hvad er en kvarterplan?
Hvad skal der ske i området i de næste fem år?
Og hvordan kan du være med?

Kom forbi til en snak med os og få svar på dine spørgsmål om Områdefornyelse Bispebjerg Bakke - vi giver en kop kaffe.

8. juni

Projektpakke Nord Stolt Kulturarv

Bispebjerg Torv

Hvordan kan Bispebjerg Torv blive et samlende byrum?
Kan man skabe en grøn rute fra Utterslev Mose til Fælledparken?
Og hvordan kan Bispeparkens grønne arealer danne ramme for det nære naboskab og hverdagsliv?

Kom forbi til en snak om projekterne i den nordlige del af Bispebjerg Bakke - og find ud af, hvordan du kan være med.

15. juni

Projektpakke Midt Det Gode Hverdagsliv

Hjørnet af Tuborgvej/Tagensvej

Hvordan skaber man et kvarterhus på Tagensbo Skole?
Hvad skal der ske i Lersøparken? Og hvordan skaber man bedre muligheder for unge i kvarteret?

Kom forbi til en snak om den midterste del af Bispebjerg Bakke, nye mødesteder og ungeliv - og find ud af, hvordan du kan være med.

22. juni

Projektpakke Syd Håndværk og Byliv

Lyngsies Plads

Hvordan kan NEXT blive et nyt værksteds- og campusmiljø?
Hvordan kan man udvikle gågadezonen på Rentemestervej og forpladsen foran Emaljehaven?

Kom forbi til en snak om den sydlige del af Bispebjerg Bakke, hvor industri- og håndværkerkvarterets udvikling kun lige er begyndt.

29. juni

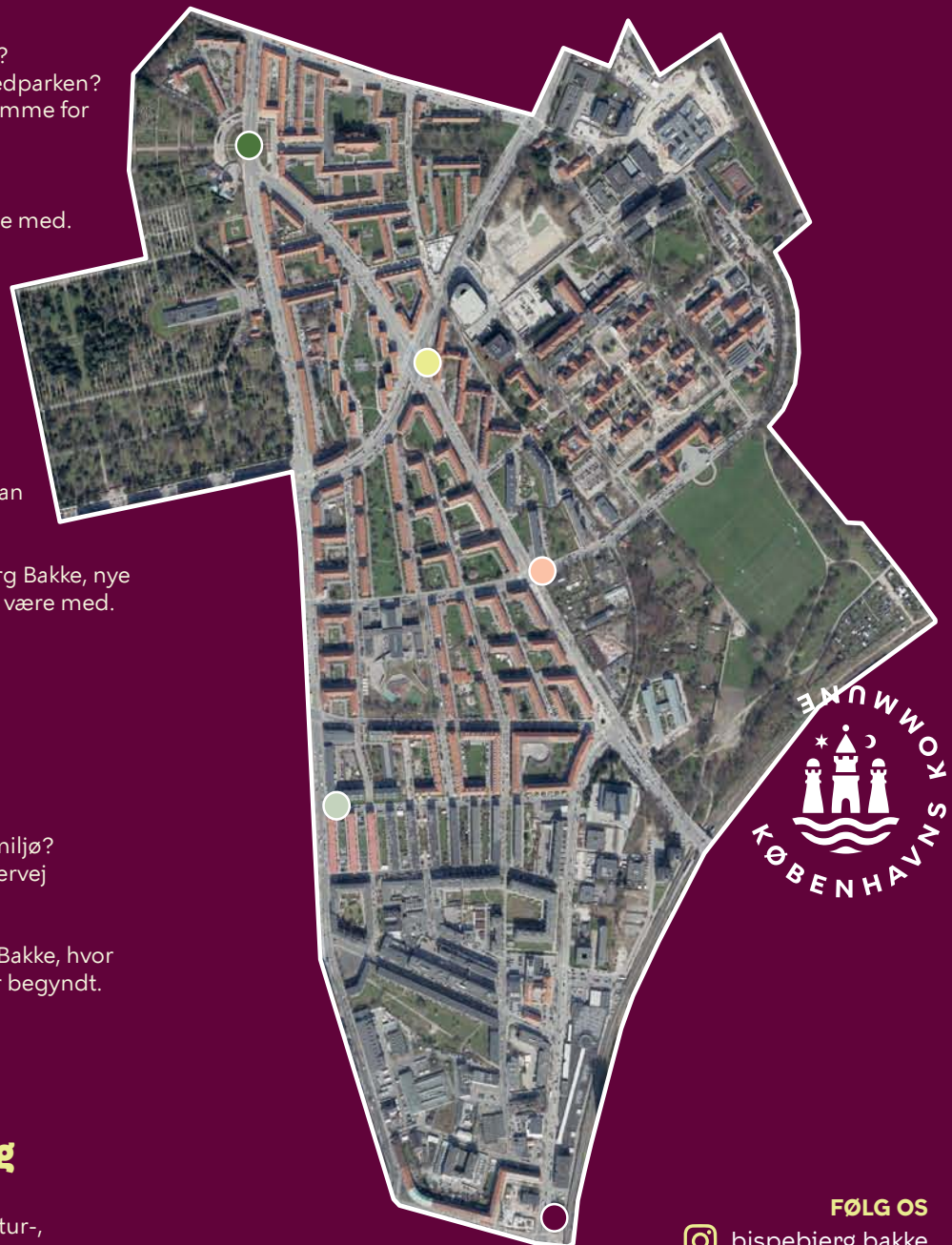
Projektpakke Kvarteret Sammenhæng og Grøn Omstilling

Hjørnet af Tagensvej/Bispebjerg Bakke



Hvordan kan nye smutveje invitere ind til kvarterets kultur-, natur-, og bymiljøer? Og hvilken rolle kan Klima Taskforce og bygningsfornyelse spille i kvarterets grønne omstilling?

Kom forbi til en snak om de kvarterdækkende projekter for sammenhæng og grøn omstilling i hele Bispebjerg Bakke.

ALLE ONSDAGE
KL. 15.30-17.30
JUNI 2022



FØLG OS

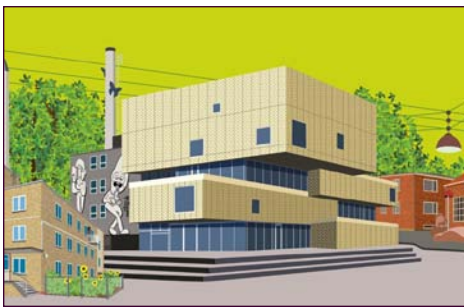
 bispebjerg.bakke
 BispebjergBakke.omf

SKRIV TIL OS

 omfbispebjergbakke@kk.dk

TILMELD NYHEDSBREV

www.kk.dk/omfbispebjergbakke



BIBLIOTEKET Rentemestervej 76

Af Henrik Lindenberg



Fantastisk dukketeater

Så er der igen fantastisk dukketeater på Bispebjerg. Københavns store udendørs dukketeaterfestival for børn afvikles i år for tiende gang. Fredag 10. juni fra kl. 9.30 til 15.30 er dukketeatret Puppet Junior på Utterslev Torv 9 ved Børnekulturhuset Sokkelundlille. Det er gratis og uden tilmelding. Kom og vær med til en hyggelig dag på Utterslev Torv med hele 7 forestillinger fra ind og udland og 3 værksteder. Læs mere på puppetjunior.dk



"Et hav af Kærlighed" med Compagnie La Salamandre

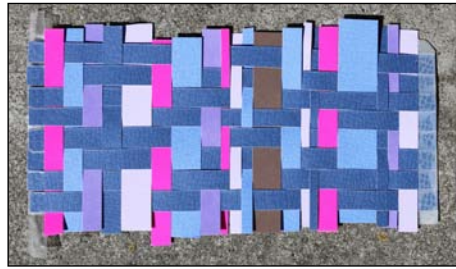
Mandag 13. juni kl. 9.30 og igen kl. 12.00 er der en bonusforestilling med dukketeater. Den hedder "Et hav af Kærlighed", og er med det franske Compagnie La Salamandre. Forestillingen er en del af Puppet Junior, og spiller i salen på BIBLIOTEKET. Oplev et ordløst eventyr om kærlighed, fortalt med papir, objekter og mange måger. Det præsenteres af Børnekulturhuset Sokkelundlille og Teatergruppen Batida. Det er gratis, men kræver tilmelding til 23 24 92 13.



På BIBLIOTEKET er "Far i Fokus"

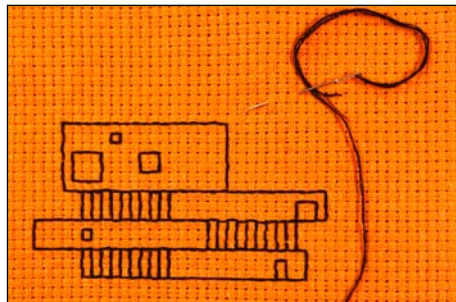
Måske er du far, men synes at der mangler et fædrefællesskab i Nordvest, og så er du ikke alene. Ikke længere. Forældrenes Børneklub, som er en lokal forening, har startet projektet "Far i Fokus" i samarbejde med Rasmus fra 'Fars Klub'. De mener der er brug for, at fædre kan gå sammen, og i fællesskab give hinanden en mulighed for at fokusere på relationen mellem far og barn. Målet er at skabe et åbent møde mellem fædre, der på den måde får mulighed for at snakke med hinanden om at være far. Det kan handle om de udfordringer, man har som far, glæder, forventninger og krav til sorg ved separation fra en partner og til ens egen rolle som far. Med deres nye tiltag vil de rette op på den følelse de har af, at der mangler et særskilt tilbud til mænd, som kan matche det, der bliver tilbudt mødre i form af mødregrupper (i barnets første år). Projektet er primært et tilbud til fædre med børn i alderen fra 0 til 6 år. Hvis man vil være

med, foregår det hver anden lørdag fra kl. 9.00 til 12.00, på BIBLIOTEKET, Rentemestervej 76. Næste gang er den 28. maj. Derudover vil der være to foredrag, som kommer til at foregå på hverdagsaftener. Kom som du er, og vær med til at lave en åben legestue sammen med andre fædre og deres børn. Der er både kaffe og plads til snak og leg.



Mandagshåndværk. Plads til fordybelse

Det er sundt at være kreativ, - ikke kun om mandagen. Giv dig selv 20-30 minutter med ro og en aktivitet der opsluger dig, og kræver din koncentration. I kombination med dybt kontrolleret åndedræt, stimulerer du det parasympatiske nervesystem. Det betyder at du blandt andet kan opleve bedre søvn, bedre fokus på andre opgaver, færre smerter og mere glæde. Vær med hver mandag, når værkstedet på BIBLIOTEKET giver vejledning til at komme i gang med en håndværksmæssig aktivitet. Her kan du få svar på dine spørgsmål og praktisk hjælp. Som tillæg til vejledningerne vil der være forslag til lette åndedrætsøvelser, der kan udføres sammen med en kreativ aktivitet. Gennem enkle aktiviteter inspireres deltagerne til at fordybe sig i forskellige håndværk. Det kan være kogin-broderi, sasiko-broderi, tøjreparationer, strik, perlebroderi eller i projektet "Strik en skygge". Vi mødes om bordet med vores håndarbejde. Tag dit eget projekt med, eller kom og find et. Vi har altid små projekter klar, som alle kan deltage i. Kom og se hvad vi byder på. Målet er at skabe et forum, hvor du henter inspiration, og arbejder videre med håndværket på værkstedet eller derhjemme. Hver mandag vil der være en primær aktivitet.



Broderiportræt af BIBLIOTEKET

MitNV. Et fællesskabende broder

BIBLIOTEKET spørger, hvad der gør Nord-vest til noget særligt for dig? Kunne du tænke dig at svare med et broderi? På 2. sal i det der bliver kaldt for Værket, på Rentemestervej 76, hænger Gudrun Hasles kæmpestore tekstilværk. Det er skabt specielt til BIBLIOTEKET, og handler om kunstnerens egen opvækst i NordVest. BIBLIOTEKET vil hermed invitere dig til, i skrift eller figurativt, at brodere lige dét, der gør NordVest til noget særligt for dig. De mange små broderier bliver så hængt op sammen med Gudrun Hasles fortolkning af hendes liv i NV. Du skal ikke være god til at brodere, for det kræver ingen forudsætninger at være med. Du kan starte med at hente et broderi-kit på BIBLIOTEKET (så længe lager haves). Derefter skal du blot tråde din nål og eksperimentere. Stoffet du broderer på, skal holde sig inden for gule nuancer, og være 20-25 cm på hver led. Brodere-garnet må gerne være tynde garner i blå nuancer. Hvis du overholder de to ting, så passer dit værk nemlig til Gudrun Hasles værk. Del evt. dit værk med et billede på instagram under #MitNV. Så vil vi se det mangfoldige NV udfolde sig i broderet version. Kom gerne forbi og få vejledning, tips og tricks i værkstedet på 3. sal, hver mandag mellem kl. 15.00 og 20.00. Hvis du broderer på Værkstedet, kan du låne materialer hos os. Vil du have nål og broderiramme med hjem, koster det 30 kr. Aflever dit færdige broderi på værkstedet, og bliv en del af MitNV. Projektet løber foreløbig hele 2022.



Vær med til planlægning af Mosetræf 2022

Af Merete Pedersen

Der er mulighed for at sætte præg på det årlige Mosetræf ved at komme med forslag til nye aktiviteter på Mosetræf 2022, som afholdes søndag den 11. september. Læs om tidligere Mosetræf på www.mosetræf.dk

Vi søger også frivillige, der vil hjælpe på selve dagen.

Det er den nystiftede forening 'Utterslev Moses Venner', der arrangerer Mosetræf i år.

Foreningen blev stiftet den 29. november 2021. Bestyrelsen består af Lise Buch, Alex Heick, Richard Hare, Nikolaj Noel Christensen, Lone Koefoed Rasmussen, Merete Pedersen og Pia Nyholm Rasmussen (suppleanter). Indmeldelse i foreningen: Skriv til kontakt@mosevenner.dk. Indmeldelseskontingent: 100 kr. (150 kr. for par). Mobile Pay 768337.

Skriv til mosetraef@mosevenner.dk og fortæl om dine ideer til Mosetræf 2022 inden den 15. juni. Vi glæder os til at høre fra jer!



Sort/hvide og analoge fotos tilbage

Rødt lys, fremkaldervæsker og fotopapir bliver nu genintroduceret på BIBLIOTEKET. Vi har alle et kamera i lommen, fordi vores mobil giver os mulighed for at tage digitale fotos, hvor end vi er. Der er dog en trend der vokser. Den handler om at søge tilbage til det analoge og det håndværksmæssige. Alt det der foregår uden at skulle bruge en computer, for at frembringe noget kreativt.

På BIBLIOTEKET er der mulighed for at træde ind i vores lille mørkekammers røde lys, og genopdage mulighederne under forstørrelsesapparatets linser. Her kan professionelle foto- og billedfolk og hobbyfolket arbejde side om side. Man kan dog ikke bruge værkstedet til kommerciel produktion.

For at få lov til at bruge værkstedet kræver det, at du har et grundigt kendskab til brug af mørkekam og de tilhørende kemikalier og processer. Det får du ved at møde op om onsdagen mellem kl. 16.00 og 18.00, når der er vejledning, og introduktion. Efterfølgende er det til enhver tid vores vejledere der vurderer, om du kan arbejde selvstændigt på værkstedet.

Du skal selv medbringe fotopapir. Dog har vi papir til brug ved intro til værkstedet. Kemi og materialer betales efter forbrug, og hver gang du bruger værkstedet. Betaling sker via MobilePay. Du skal have et brugerkort til 500 kr. om året, som også giver adgang til BIBLIOTEKETs øvrige Værksteder. Vær opmærksom på, at adgang til de øvrige værksteder også kræver introkursus. Har du kvalifikationerne til at bruge værkstedet forsvarligt, anføres det på dit brugerkort, og du kan herefter benytte faciliteterne i tidsrum uden bemanding, når huset i øvrigt er åbent.

Unge træner deres demokratimuskler - du kan også være med!

Af Sofie Hougard Nielsen
Demokrati Garage

En lørdag i april er en gruppe unge samlet i Demokrati Garage for at øve sig i at være uenige og lytte til andre. Målet er at give danske unge demokratisk selvtillid, så flere får lyst til at deltage i demokratiet.

Jeg sidder på gulvet på et blødt lammeskind. Foran mig sidder Ida, som går i 1.G på Hjørring Gymnasium, og som jeg aldrig har mødt før. Vi har begge en sovemaske for øjnene, så vi kan ikke se hinanden, men alligevel føles det trykt at sidde der sammen.



På skift fortæller vi om noget, vi er taknemmelig for, mens den anden lytter stille. Bagefter genfortæller vi, hvad vi har hørt. Vi træner "aktiv lytning", som skal gøre os bedre til at deltage i demokratiske samtaler. Deltagelse og demokrati handler ikke bare om at bruge sin hjerne og stemme. Det handler i høj grad om at bruge sine ører og lytte uden at dømme.

Kom ud af din egen boble

Denne lørdag er 15 unge mellem 15 og 20 år samlet til Demokrati Fitness Camp i de gamle værkstedsbygninger på Rentemestervej. Alle er de her for at øve sig i at deltage i demokratiet - både det, der foregår, når vi stemmer til et valg, men også hverdagsdemokratiet, som sker i f.eks. elevråd, bestyrelser og foreninger. "Der findes 311 definitioner på demokrati," fortæller Tine Høge, som er projektleder på Demokrati Fitness. "Det viser, at demokrati er noget levende. Det kan strække sig og ændre sig, og vi skal hele tiden træne vores demokratimuskler og øve os i demokratiet, så vi ikke tager det for givet."



En af deltagerne er Ibrahim Ibrahim, som er projektleder og pædagog på Iværksætter-Akademiet for Børn og Unge. Han håber på at få en bedre forståelse af, hvad demokrati er og få udvidet sin horisont. "Jeg er her for at få et mere nuanceret billede af demokrati. For mig er demokrati ikke jordnært, det er meget fluffyt. Og så vil jeg gerne komme ud af min egen boble og møde mennesker med andre holdninger."

Hvad er Demokrati fitness?

Demokrati Fitness er 30 minutters træning, der giver demokratisk selvtillid og handlekraft i hverdagen. I løbet af de næste to år vil 10.000 danske unge i hele landet have trænet Demokrati Fitness. Projektet er støttet af Nordea Fonden. Du kan komme med til Demokrati Fitness-træning mandag 30. maj kl. 16:30-18:00 hos Ungekulturhuset, på Smedetoften 14. Det er gratis og du kan bare møde op. Se mere på Demokrati Fitness' Facebook-side.