

LUNDPOSTEN

DIT, MIT, VORES TALERØR

DIT, MIT, VORES TALERØR

Læs
mere om
'Lundtoftegades
'Forandringsplan'
- med fokus på
boldspilstorvet i
Blok G

Afdelingsmøde
d. 5/9
Mød din nabo og
hør om status på
Lunden

Præsentation af
naboerne i Huset
21-23

FRAK's
fødselsdag,
fede ting i
permahaven, tur
til Det Kongelige
Teater!



Projektplan for 'Områdefornyelsen'

Kommunens 'Områdefornyelse' er et tiltag, der skal forbedre Bispeengen-kvarteret omkring Lundtoftgade. På baggrund af de tre inddragelsesmøder, kommunen har afholdt, og de ideer, beboerne er kommet med, skal der nu udarbejdes en 'kvarterplan' for området. En udvalgt skare af beboere (demokratisk valgt på mødet) og professionelle (valgt af kommunen) fra området vil sammen med de ansatte i Områdefornyelsen stå for dette.

Først i 2028 vil projekterne i 'Områdefornyelsen' stå færdigt.

Som skrevet mange gange i Lundposten, er 'Områdefornyelsen' ikke det samme som den 'Forandringsplan', der foregår i Lundtoftgade. 'Forandringsplanen' foregår i Lundtoftgade, 'Områdefornyelsen' i området omkring. Kom til bestyrelsesmødet og læs med i Lundposten, hvis du vil holdes opdateret på begge.

I Lundposten – *dit, mit, vores talerør* kan du følge med i livet i og omkring de høje bygninger på Lundtoftgade, Nørrebro – her bor 1461 beboere fordelt på 699 lejemål.

Beboerbladet husstandsomdeles normalt til alle beboere hver måned – undtagen i januar og august, hvor vi holder ferie.

Lundposten udgives af afdelingsbestyrelsen i AKB København, Lundtoftgade.

Har du ris, ros, idéer eller gode historier til bladet? Så tøv ikke med at kontakte redaktør Adam Veng inden den 25. i måneden for at få dit bidrag med i næste nummer.

Alt er velkomment, ikke kun solstrådehistorier.

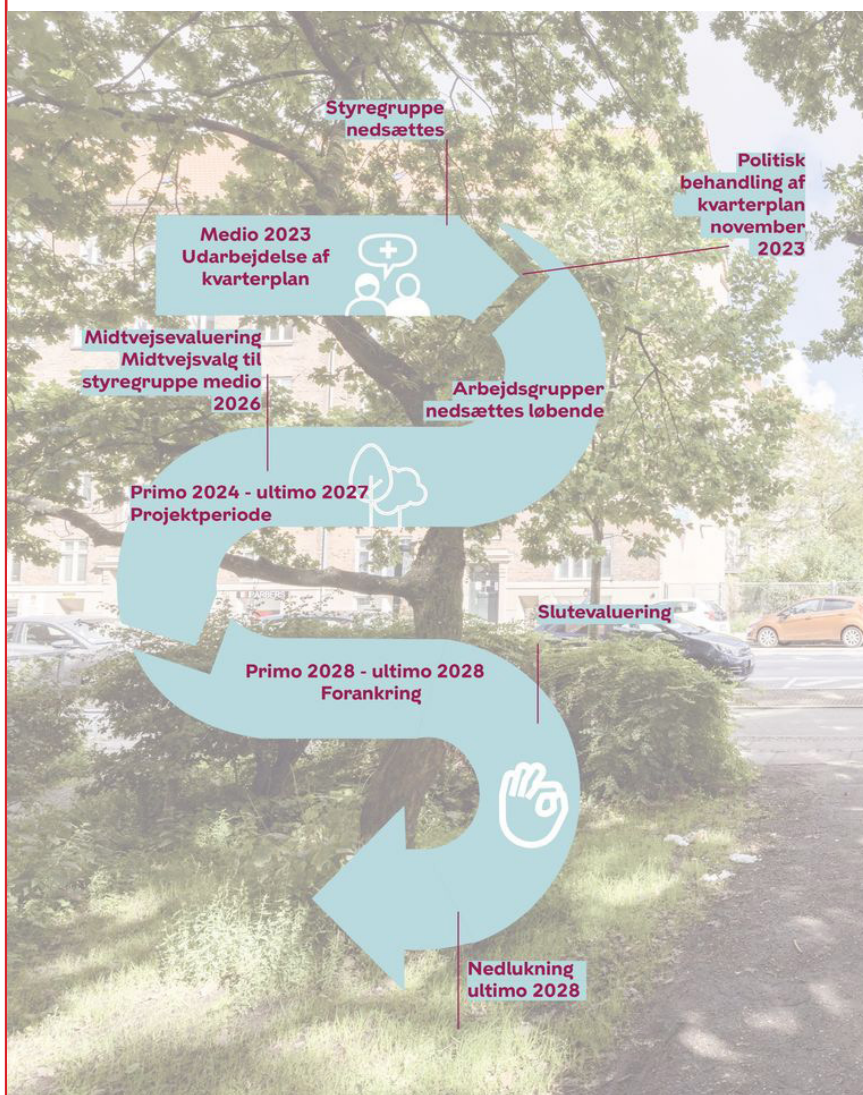
Udgivelse | Lundposten nr. 18 - juni 2021

Kontakt | **mail:** lundposten@gmail.com

Post | Postkassen ved Beboerhuset nr. 41B

Forside | Blok G, foto: Adam Veng

Tryk | Ejendomskontoret



Vi glæder os til at se jer til afdelingsmødet i september

Alle beboere er hjerteligt inviterede til afdelingsmødet den 5/9 2023 i Beboerhuset, Lundtoftgade 41.

På afdelingsmødet skal vi have fulgt op på både regnskab og budget, herunder fremtidig renovering af Lundtoftgade. Som flere beboere har bemærket på Facebook, kan det medføre store huslejestigninger, men som alt andet her i Lundtoftgade er det en demokratisk proces, hvor I beboere skal med ind over beslutningerne for vores allesammens område. Vi har en masse spændende nyt at fortælle, og vi skal have sat emner til afstemning, der kræver jeres accept, så vi kan komme videre i processen. Foruden renoveringer, giver afdelingsbestyrelsen også opdatering på de igangværende ”Forandringsplaner”, som der løbende er skrevet om her i Lundposten.

Afdelingsmødet er også en god anledning til at møde sine naboer, herunder den frivillige bestyrelse, og høre mere om livet og fremtiden i Lundtoftede over en kop the eller kaffe og lidt sødt. Selvfølgelig vil det også være muligt selv at stille op til bestyrelsen, hvis man har lyst til at engagere sig i områdets fremtid. Man kan engagere sig på mange måder og med varierende tid, og bestyrelsen prøver at være et åbent rum for alle former for deltagelse.

Hvis du ikke kan se dig selv som bestyrelsesmedlem lige nu, så vil vi også orientere jer om mulighederne for at engagere sig på anden vis. For det er der rig mulighed for! Hveranden måned holder bestyrelsen ”aktivistmøder”, hvor man kan engagere sig i den sag, man selv brænder for. Ønsker man at få noget på dagsordenen i Lundtoftgade, er der masser af muligheder. Kom på afdelingsmødet, hvis du er interesseret.



Foto | Kristian Buus, Afdelingsmøde under coronanedlukningen 2020/2021

Besked fra ejendomskontoret

Ejendomskoret siger farvel til Ditte, som gennem sin korte ansættelse har været en stor støtte og stemningsgiver på ejendomskontoret. Vi sender mange gode hilsener til Dittes fremtidige arbejdsliv, som desværre ligger udenfor livet på ejendomskontoret. Vi leder pt. efter nye HK'ere på kontoret.

Vilde dyr i Lundtoftegade

- Af Nis Hjortkjær Ekelund, gartner i FRAK

Stor Humlesvirreflue, *Volucella sonaria*, er ikke truet, men dog alligevel ualmindelig i Danmark.

En ting er at den er både stor og gul, faktisk er det den største svirreflue i Danmark, og bliver op til 2,5 cm lang, men den er også ganske frygtløs. Den ligner en hveps, og opfører sig gerne som sådan. Det kaldes mimicry når noget i naturen efterligner noget andet.

De fleste dyr er bange for hvepse, da de har det med at stikke, og det kan som bekendt være rimeligt smertefuldt. man kunne derfor tro at det bare er en form for selvforsvar at stor humlesvirreflue efterligner hvepse. Men denne svirreflue gør mere end blot at efterligne. Den lægger nemlig sine æg i indgangen til hvepsereder hos de sociale hvepse. Efter æggene klægger kravler humlesvirrefluens larver længere ind i hvepsere den og bryder ind i de celler hvor hvepsenes larver bor. Her lever humlesvirrefluens larver først af hvepselarvens ekskrementer, og af det mad de får af voksne hvepse. Men siden, når hvepsenes larver forpupper sig, kravler humlesvirrefluens larver med ind i kokonnen og spiser hvepselarven, for derefter at kravle ud af hvepseboet, og ned i jorden, hvor den forpupper sig og udvikler sig til en voksen humlesvirreflue.

Hvepse er generelt aggressive over for andre insekter i nærheden af deres bo, men Stor humlesvirreflue er camoufleret både i udseendet og sandsynligvis også duft, og derfor tror hvepsene at den hører til, og den kan for det meste være ved hvepseboet uantastet.

Den blev observeret lige uden for FRAK's hoveddør mandag d. 7/08-2023, tæt ved Lunden KBH.



Vilde blomster i Lundtoftegade

- Af Nis Hjortkjær Ekelund, gartner i FRAK

Cikorie er en neutraliseret (ikke hjemmehørende, men ikke invasiv. Den har fundet sin niche i den danske flora) flereårig urt, som vokser mange steder i Danmark.

Cikorie blomstrer på andenårs-skudene i Juni til September.

Det er en op til 80 cm høj, stiv urt, som formentlig er bragt til Danmark af munke,

som lægeplante i middelalderen. Cikorie

har siden oldtiden været brugt som et mirakelmiddel mod mange forskellige sygdomme. Roden indeholder stoffet

esculetin, som kan beskytte leveren

mod forgiftning. Endvidere indeholder

cikorieroden sukkerstoffet inulin, som virker gavnligt på fordøjelsen.

Derudover er bladene af cikorie

velsmagende, og de bruges i salater,

som kål eller lignende. Der er en del

bier og fluer der får nektar og pollen

fra Cikorie, og dens frø har været brugt

som kaffeerstatning i knappe tider.



FRAK's 10 års fødselsdag - og fritidsjob-festival

10 ÅR MED FRAK

Du kender Roskilde Festival, Northside og Smukfest. Nu er der en ny dreng i klassen – og det er vores helt egen fritidsjob festival!

Festivalen så dagens lys sidste år, hvor vi åbnede dørene for fire dage fyldt med faglige sessions, socialt samvær og rundvisning i vores nye gørested på Nørrebro. Se opsamlingen fra den her. I år bruger vi festivalen til at fejre FRAKs fødselsdag! Vi er blevet 10 år gamle og det vil vi gerne fejre med dig. Årets festival består af to dage fyldt med fraktivieter. Vi har valgt at skrue op for hyggen og festlighederne – der er jo en del at fejre! Men du kan også møde FRAK'erne og bliver klogere på vores arbejde. Det foregår den 22/09-23/09. Tjek programmet [her](#) eller på vores hjemmeside og tilmeld dig – det er gratis.

Vi håber meget at se dig!

Kh,
FRAK i Lundtoftegade



Natteravnene i Lunden søger frivillige

- Af Pernille Hulstrøm, Natteravn og beboer i Lundtoftegade

Har vi nogle friske mænd/kvinder, unge som ældre som syntes det kunne være mega fedt at bidrage til et godt formål... nemlig at sørge for at passe godt på vores unge mennesker der færdes på gaden i de sene aften/nattetimer.

Vi sørger for at øge sikkerheden for dit, mit og vores børn og unge.

Og derfor kan netop DU gøre en forskel for andre.

Vi går hver fredag fra kl. Ca 23:00, og 3-4 timer frem. Det vil ikke være hver fredag du skal gå med, da vi vil prøve at få "skemalagt" fredagene imellem os.

Vi har det super hyggeligt, og møder en masse sjove, livlige og glade mennesker på vores vej.

Din tid vil være frivillig, og er derfor ikke lønnet, men det er hele værd.

Som ekstra plus, kan du tilmed tilføje noget til dit CV. Hvis der skulle være brug for det. Tag endelig et kig på Natteravnene's hjemmeside, og tilmed dig ved at kontakte mig enten via telefon på 26672654 eller messenger.

Jeg står klar til eventuelle spørgsmål du måtte have.

Fællestur til Det Kongelige Teater

Frivilligforeningen Pusterummet, som holder åbent hver mandag og torsdag eftermiddag, arrangerer fællestur med omvisning på Det Kongelige Teaters Gamle Scene den 16. september 2023. Egenbetaling er 25 kr. og man betaler selv for transport.



Vi mødes klokken 11 ved den runde bæk foran nummer 9 og kører med bus 68 ind mod byen. Vi arrangerer kaffe og brød på den lokale café, Lunden KBH, når vi kommer tilbage til Lundtoftegade.

Tilmelding og betaling:

Mandage og torsdage 13-16 i Pusterummet

Arbejdsdage og workshops i permahaven

Siden marts 2023 har Lundtoftegade haft en brugerdrevet permakultur-have. Kunstner/gartner-duoen Skye Jin og Eva Max arrangerer følgende workshops i efteråret.



EFTERÅRETS WORKSHOPS i SKOVHAVELUNDEN

Lundtoftegade 23, 2200 København N

Arbejdsdag HVER TORSDAG med Eva kl 16-18

Hold øje med Facebookgruppen for ekstra dage med Frivillige Skovhaveværter

Workshop Lørdag d. 26. august: Skye Jin kl 11-14

Hvad er en have? & Gruppekultur

*Frivillige Skovhaveværter: præsentation og tilmelding
Vi tegner Flerårige planter & spiller kort - for hele familien!
Fællesgrill - hvis godt vejr*

Workshop Lørdag d. 9 september: Skye Jin/Eva kl 9-10

Gratis morgenbrød og kaffe

Hvad er en have?

Vi tegner Flerårige planter & spiller kort - for hele familien!

Workshop Lørdag d. 23 september: Skye Jin kl 11-14

Hvad er en have? & Gruppekultur

*Frivillige Skovhaveværter præsentation og tilmelding
Vi tegner Flerårige planter & spiller kort - for hele familien!*

Workshop Lørdag d. 7. oktober: Eva kl 11-14

*Planteworkshop, vi tilplanter skyggebede langs Til Vægs kontoret
Fællesgrill - hvis godt vejr*

Workshop Søndag d. 8. oktober: Skye Jin kl 11-14

*Første Gardening is Activism plakater ophænges og indvies
Samarbejde med Skovhuset Kunst & Kultur
Vi tegner Flerårige planter & spiller kort - for hele familien!
Fællesgrill - hvis godt vejr*

Workshop Lørdag d. 14. oktober: Aiah Noack kl 12-14

*Planteguilde, plantefællesskaber i skovhaven
Flerårige spiselige planter
Naturplanteskolen.dk*

Kursus Lørdag d. 28. oktober & Søndag d. 29. oktober:

Skye Jin/Rakesh Rootsman Rak/Eva Max/Lou Langdon

CERTIFICERET INTROKURSUS i PERMAKULTUR

5 gratis pladser til beboere i AKB Lundtoftegade, snak med os til arbejdsdag eller skriv på FB

Lørdag d. 25. november: Eva

JULEWORKSHOP

*Pileflet, lav bæredygtige julegaver og krea
Hygge og snacks*

December: Pause

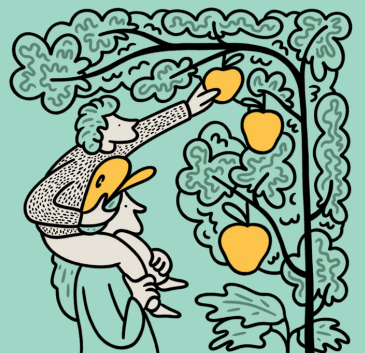
GARDENINGISACTIVISM.DK

Meld dig ind i
Skovhavelundens
Facebookgruppe
Scan koden!



Støttet af: AKB Lundtoftegade
Københavns Kommunes Biodiversitetspulje

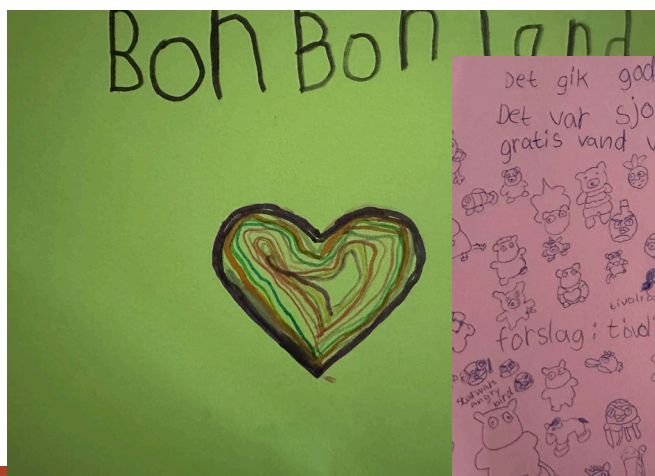
TIL VÆGS



Minder fra tur til BonBon Land i juni

Fædre Netværk arrangerede i juni en udflugt til BonBon Land med stor interesse for Lundtoftegades beboere. Bussen blev fyldt med cirka 80 beboere, der med støtte fra Lundtoftegades aktivitetsmidler fik sig en god tur. Undervejs bad Fædre Netværk nogle af familierne skrive deres tanker om turen. Her er et lille udvalg.

BonBonlandstur.
 Busturen var god, så alt i alt
 en dejlig tur. BonBonland er
 altid et dejligt sted.
 Forslag til turet fremover.
 Sommerland Sjælland.
 Bakken.
 Tak for idag.
 😊



det gik godt
 Det var sjovt
 gratis vand var godt

Livløb
 forslag: tidi, bakken, blåplave

folliet

A pink background with handwritten text and numerous small, colorful drawings of cartoon animals and objects.

BonBonLand er
 et rigtig vigtig
 Sted for Mange
 Børn i
 Lundtoftegade
 Børn vil gøre
 Alt for At KOMME
 NED!

HÅBER
 I For
 En Rigtig
 god dag
 I Bon Bon
 Land

A pink background with handwritten text and several small red hearts connected by lines.



Motorisk legestue,
 tirsdag 10-12
 i beboerhuset

Sammen om cyklen,
 cykelværksted,
 tirsdage 17-19

MOTORISK LEGESTUE
 for børn mellem 0 og 2 år.

KOM OG LÆG

KOM OG BLIV INSPIRERET TIL
 HVORDAN DU KAN VÆRE AKTIV
 SAMMEN MED DIT BARN

HVER TIRSDAG KL. 10-12

I BEBOERHUSET LUNDTOTEGADE
 42 B

HELLE LANGHOFF,
 SUNDHEDSPÆJERSKE OG
 DORTHE KORSHØJ
 BOLIGSOCIAL
 FAMILIEVEJLEDER I
 NØRREBROBYGGERNE VIL
 HVER TIRSDAG KL. 10-12
 SKABE NOGLE HYGGELIGE
 RAMMER HVOR VI HAR
 FOKUS PÅ BEVEGELSE, KROP
 OG SANSER

DER VIL VÆRE KAFFE,
 TEVAND OG LIDT FRUGT

MANGE HILSER HELLE
 OG DORTHE

A flyer for a motoric play session. It features a light blue background with yellow and orange sticky notes. There are illustrations of children playing and a star.



Støj under buen

Kære naboer,

Vi har været i dialog med flere af jer om lyden fra Buen.

En del af årsagen kan forbindes med vores aktiviteter, hvor der bl.a. har været masser af glade unger i gang på boldbanerne i hverdagene. Dog har vi, i første halvdel af 2021, også haft udfordringer med primært personlige trænere, som har hevet musikanlæg med ind i byrummet.

URBAN 13s kulturhus har været lukket frem til maj pga. corona-restriktionerne fra Myndighederne – og det har fitnesscentrene også. Derfor har udefrakommende set det store areal, under byens vel nok største halvtag, som en kærkommen mulighed for at holde træningspas og virksomheder i live. Det har medført en masse støj – ofte fra tidligt om morgenen. Støj som vi ikke har haft noget med at gøre.

Vi fralægger os ikke vores eget ansvar ift. de stigende aktiviteter under Buen. Vi vil jo netop gerne skabe trykthed og fællesskab i et område, der tidligere har været kendt for det modsatte. - men det skal selvfølgelig også være på en måde, så aktiviteter og omkringliggende beboelse kan kombineres på bedste vis.

Den løsning vil vi gerne være en del af, og derfor har vi bl.a. været i dialog med Lundtoftøgades bestyrelse, samt et par af jer beboere, som ikke er med i bestyrelsen.

Nedenfor er en del af de tiltag, som vi har arbejdet på:

Tiltag

- ▶ **Musikken fra Street Under Buen slutter i udgangspunktet kl. 20.00. (senest 22.00 ved events).**
- ▶ **Vi har ophængt plakater i byrummet, hvor folk bedes skru ned / slukke for deres mobile lydanlæg.**
- ▶ **Vi har personligt bedt udefrakommende folk om enten at skru ned, slukke for deres musik under Buen.**
- ▶ **URBAN 13 har desuden kontaktet Frederiksberg Kommune med henblik på at få dem til at tale med Fitnessinstruktører, som bruger området uden aftale (det er bl.a. dem, I har kunnet høre kl. 07.00 om morgenen – og primært dem som har larmet mellem 15.00-19.00 på hverdage).**

Nedenfor deler vi vores eventkalender, så man kan følge med i, hvad der foregår.

Eventkalender

URBAN 13 har en eventkalender på www.urban13.dk/eventkalender, hvor man kan følge med i de fleste af de events, der kommer til at være under Buen.

De fleste af vores egne arrangementer vil foregå indendøre på Garagen (den røde bygning), men der vil også være større arrangementer over sommeren, hvor byrummet bliver taget i brug, som det har været tilfældet tidligere.

▶ **Street Under Buen (projektet på boldbanerne) har bl.a. gratis aktiviteter for børn og unge hver dag.**

Skriv til os, hvis I oplever gener – eller hvis I har ros! :)

Anden udvikling

Vi har været i dialog med Københavns Kommune om at få lavet vejbump på Ågade, sådan at jeres børn/unge kan komme mere sikkert over vejen til boldbanerne og URBAN 13.

Projektet er godkendt, og vi afventer bare, at kommunen får gjort noget ved det.

Kontakt – skriv til os!

Det er vigtigt for os, at I skriver til os, hvis I oplever gener.

Lægger I fx anonyme sedler i postkassen, har vi ikke mulighed for at svare på det.

Nogle gange vil vi være ophavs personer til lyden, mens der andre gange kan være andre forklaringer på det.

Derfor er det vigtigt, at vi kommer til bunds i det – og vigtigt, at vi taler sammen, så vi kan handle på det.

I kan kontakte os på velkommen@urban13.dk.

Vi inviterer i øvrigt gerne på kaffe, hvis I har lyst til at møde os. Og så håber vi på at se jer hernede til vores arrangementer! Der er både gadeidræt, filmvisninger, comedy og koncerter.

Kærlig hilsen

**Kristoffer (Street Under Buen),
Reda (Street Under Buen),
Benjamin (URBAN 13)
Alexander (URBAN 13)**



HUSET 21-23

LUNDTOFTEGADES SOCIALØKONOMISKE NABOER

I maj 2023 stod vores nye lokaler i Lundtoftegade 21-23 færdige efter lang tids arbejde og mange frivillige kræfter var lagt i at omdanne den gamle institution til et hus for socialøkonomiske virksomheder, der kunne skabe nye muligheder for beboere i og omkring Lundtoftegade.

Alle lejere betaler fuld erhvervsleje.

Bestyrelsen har løbende udvalgt lejerne ud fra værdierne om ”deltagelse”, ”solidaritet” og ”socialt ansvar”, og alle i huset har budt ind på Lundtoftegades ønsker. Bestyrelsen har lagt mange timer i at husets lejere er nogen, der skaber liv i området, og ikke blot typiske erhvervslejere. Dette er en ny konstruktion i almene boliger, og man er altid velkommen til at kontakte bestyrelsen med spørgsmål.

I TRÅD MED VERDEN

I Tråd Med Verden (ITMV) er en socialøkonomisk virksomhed drevet af foreningen I Tråd Med Verden. I partnerskab med KAB driver vi sy- og design værksteder i udsatte boligområder, hvor vi arbejder med design og genanvendelse af kasserede tekstiler som omdrejningspunkt for at skabe jobmuligheder, netværk og livskvalitet for mennesker, som har mistet fodfæste på arbejdsmarkedet.



Formålet er desuden at være en lokal ressource med henblik på at danne fællesskaber og genere viden omkring genanvendelse af tekstil. Vores arbejde er et lokalt og meget konkret bud på, hvordan man kan arbejde med bæredygtighed på tekstilområdet - en dagsorden, som presser sig voldsomt på, hvor det er nødvendigt at finde løsninger på de problemer tekstilindustrien skaber. På værkstederne arbejder syerske i fleksjob eller småjob samt en gruppe borgere i virksomhedspraktik. Som medarbejder og praktikant indgår man i produktionen og i arbejdsfællesskabet sammen med værkstedernes faste team af designere og socialt fagligt personale. Vi tager altid udgangspunkt i den enkeltes ressourcer og har fokus på at arbejdet skal give succesoplevelser, motivation, glæde og en tro på fremtiden.

I TRÅD MED VERDEN i Lundtoftegade

- ITMV giver 20 % til beboere i Lundtoftegade på alle vores designprodukter & workshops
- ITMV afholder HVER ONSDAG fra kl 16 til kl 19 BÆREDYGTIGT FÆLLESSKAB som er et GRATIS tilbud til beboere i Lundtoftegade. Her kan man benytte vores maskiner, viden og fællesskab, og reparerer sit tøj eller lærer nyt inden for håndarbejde. Man er også velkommen til bare at tag den kop kaffe og en snak :)
- ITMV tilbyder lån af plantefarvekøkkenet i weekenderne, efter aftale



HUSET 21-23

LUNDTOFTEGADES SOCIALØKONOMISKE NABOER

LUNDEN KBH - SPISERI, CAFÉ OG SCENE

I maj 2023 åbnede Lunden KBH - Spiseri, Café og Scene, blandt beboere bedre kendt som Café Lunden, i Lundtoftegade. Stedet serverer mad og drikke fra morgen til aften og tiltrækker kunder både i og udefra Lundtoftegade. Caféen er et samarbejde mellem Mina's Kaffebar på Nørrebrogade og Nørrebro Brew.

Caféens åbningstider er:

Mandag: Lukket

Tirsdag og onsdag 9-22:00 (frokost til 16, kun snack til aften)

Torsdag-lørdag 9-00 (køkken til 22:00)

Søndag 10-17

LUNDEN KBH i Lundtoftegade

- Lunden KBH giver 20 % til beboere i Lundtoftegade på alt mad og drikke. Man skal bare sige, at man er beboer i Lundtoftegade.
- Over sommeres er der afviklet donationsyoga i haven, hvor pengene er gået til lokale foreninger i Lundtoftegade. Der arbejdes på at finde et lignende efterårseget arrangement.

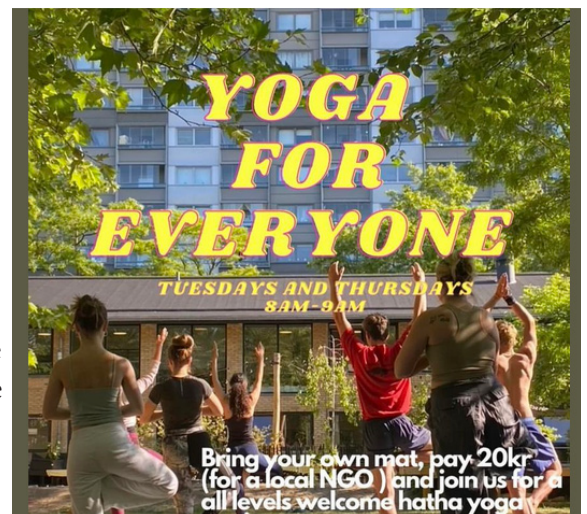
ØNSK KAFFE

ØNSK blev skabt i 2017 med et ønske om at skabe en anderledes kaffevirksomhed. Der bliver solgt for meget kaffe i dag, som forbrugeren ikke aner, hvor kommer fra. ØNSKs kaffe er opkaldt efter vores kaffebønder. Vi besøger dem, trykker dem i hånden og fortæller deres historie.

Smag er subjektivt, men det skal kvalitet ikke være. Så når du vælger kaffe fra ØNSK, vælger du kaffe, der lever op til kvalitetsbetegnelsen specialkaffe som altid er friskristet på mikroristeri indenfor de sidste 3 uger. Du vælger samtidig at betale din kaffebonde en ordentlig pris. Og du vælger en kaffe, der er produceret med respekt for gårdens omkringliggende natur og miljø. Det mener vi, er god kaffe.

ØNSK i Lundtoftegade

- ØNSK giver 15% rabat til beboere i Lundtoftegade. Man skal blot sige, at man bor på Lundtoftegade, så får man 15% rabat.



HUSET 21-23

LUNDTOFTEGADES SOCIALØKONOMISKE NABOER

FRAK - FRITIDSAKADEMIET

FRAK gør unge mellem 13-17 år gode til at arbejde. De unge får en tryk træningsbane hos os, hvor de kan prøve kræfter med sig selv og forskellige typer opgaver. Vi træner dem i at have et fritidsjob, så de får sved på panden, penge på lommen og arbejdserfaring på CV'et. . De unge bygger plantekasser, ordner haver, anlægger byrum, maler kældre, passer børn, laver aktiviteter for ældre borgere, laver og sælger deres egen sodavand, bygger byrumsmøbler, tager sig af grønne gartneropgaver og meget mere. Vi hjælper dem videre, når de er klar til et fritidsjob. FRAK er en socialøkonomisk virksomhed. Det betyder, at 1) Vi brænder for at give unge på kanten en god start på voksenlivet. 2) Vi er organiseret som en forening med en ulønnet bestyrelse. 3) Vi skaber ikke økonomisk overskud til enkelte personer. 4) Vi geninvesterer alt overskud så vi kan arbejde med endnu flere unge. Vi har eksisteret siden 2013. I 2019 blev vi tildelt Kronprinsparrets Sociale Stjernedryspris.

FRAK
GØR UNGE GODE TIL AT ARBEJDE!

FRAK i Lundtoftegade

- FRAK ansætter lokale unge mellem 13-17 år, gør dem gode til at arbejde og hjælper dem videre til et ordinært fritidsjob.
- Vi har lokale unge over 18 år ansat som gruppeledere.
- **De unge inviterer til folkekøkken hver tirsdag i lige uge** i vores lokaler. I hele 2023 er det gratis at spise med! læs mere her: <https://frak.dk/folkekoekken/>
- Vi holder løbende forskellige aktiviteter og åbent hus-arrangementer, som er åbent for alle. hold øje med os på Facebook.
- Vi driver træværksted og sodavandsproduktion i kælderen under nummer 23.
- Vi driver de grønne arealer i Lundtoftegade, så hils gerne på de unge, hvis du møder dem.
- Særlig invitation. FRAK fylder 10 år og vi inviterer alle naboer til en særlig udgave af vores folkekøkken den 22/09 og til en stor fødselsdagsfest med mad, musik og masser af hygge den 23/09. Det er gratis at deltage, men det kræver tilmelding. Læs mere her: <https://frak.dk/festival-2023/>



HUSET 21-23

LUNDTOFTEGADES SOCIALØKONOMISKE NABOER

PAINT IT FORWARD

Paint it Forward er startet af lokale borgere på Amager.

I efteråret 2018 fik vi ideen om at hjælpe medborgere, der ikke har råd til at male, ved at indsamle og viderefordre brugbar restmaling. Derefter fulgte en masse research, fejlslagne forsøg og især sparring med og rådgivning fra blandt andet malermestrenes og farveproducenternes brancheforeninger, Miljøpunkt Amager, Næstehjelperne samt lokale malere og farvehandlere. Paint It Forward afholdt første uddeling i juni 2020 og i dag holder vi malinguddeling en gang om ugen.



Siden vi startede med at veje det maling, vi deler ud, har vi delt over 17 TON maling ud. Siden 2023 har vi haft hovedkontor i Lundtoftegade.

PAINT IT FORWARD i Lundtoftegade

- Paint it Forward uddeler lejlighedsvist maling fra vores lokaler i Lundtoftegade

HJERTERUM

HjerteRum er den nyeste af de socialøkonomiske initiativer i Huset 21, og de holder til i kælderen under FRAK.



HjerteRum er en forening, der tilbyder fællesskaber for piger i alderen 13-23 år. Vi har lokaler og aktiviteter på Amager i Gullandsgården, på Nørrebro i Lundtoftegade og i Nordvest i Klub Borup ved Grøndalscentret, hvor vi har faste åbningsdage tirsdage og torsdage fra 16-20. Aktiviteterne er pigerne selv med til at bestemme, når vi holder vores månedlige planlægningsmøder med fællesspisning, hvor rammerne sættes ud fra en blanding af sociale, kulturelle, fysiske og kreative aktiviteter og projekter, ligesom der mulighed for at få hjælp til lektier, ansøgninger og lignende.

HjerteRum er et trygt og sikkert fællesskab, hvor pigerne kan få råd og vejledning, samt tale om ting, de måske ikke kan tale om derhjemme. Herigennem giver vi pigerne nye perspektiver på deres muligheder indenfor uddannelse, karriere, familieliv, osv. og giver dem samtidig værktøjerne og ressourcerne til at bryde mønstre, sætte ambitiøse mål og gennemføre dem



HAR DU BRUG FOR HJÆLP?

Vi hjælper med trivsel i familien og boligafdelingen.
Kontakt og brobygning til kommune, læge, skole, bolig,
jobcenter, arbejde, studie, fritidsliv, sociale aktiviteter og meget
mere.. bare ring til os



Lasse
Boligsocial medarbejder
Tlf. 40 19 99 76



Mette Nisgaard
Boligsocial medarbejder
Tlf. 30 45 77 98



Livia
Boligsocial medarbejder
Tlf. 40 12 94 95



Eline Cecilie Feldman
Boligsocial leder
Tlf. 23 30 36 12

NØRREBROBYGGERNE

NørreBrobyggerne er en boligsocial helhedsplan, der kører i perioden 2021-2025 i 12 almene boligområder på Indre og Ydre Nørrebro. Vi arbejder for at give familier, børn og unge de bedste muligheder for et godt liv. Der sker i samarbejde med familierne, frivillige foreninger, private og kommunale samarbejdspartnere.



/Norrebrobyggerne2200



@Norrebrobyggerne



Norrebrobyggerne.dk

Nørrebrobyggernes arbejde i Lundtoftegade

Nedenfor kan I læse om Nørrebrobyggernes igangværende arbejde i Lundtoftegade. De fire overordnede områder er ikke bestemt af Nørrebrobyggerne selv, men af Landsbyggefonden, som finansierer alle boligsociale helhedsplaner landet over.

Beskæftigelse	Sammenhængskraft & medborgerskab	Uddannelse & livschancer	Kriminalitetsforebyggelse
<p>Lektiecafé</p> <p>Hver onsdag 16-18 på den bemandede legeplads i samarbejde med Ungdommens Røde Kors</p>	<p>Åben rådgivning</p> <p>Beboere kan henvende sig til Lasse hver dag om alskens gøremål i hverdagen (NamID, regninger osv.)</p> <p>Lasgo@kab bolig.dk/40 19 99 76</p>	<p>Familiehøjskole</p> <p>Sommerferie og efterårsferie for udvalgte familie i alle områderne</p>	<p>Sammen om cyklen</p> <p>Københavnerteamets cykelprojekt med lokale unge fra Lundtoftegade</p>
<p>Cykelkurser</p> <p>Kursus for kvinder og børn m. idrætsprojektet i Lundtoftegade</p>	<p>Opråb</p> <p>Ungeforløb, der skal sikre demokratisk selvtillid blandt de 16-23-årige unge fra Nørrebro.</p>	<p>Forældrekursuser</p> <p>En gang om ugen for forældre i alle områder (8 uger) Tema: forældre til teenagere</p>	<p>Lomme pengejob</p> <p>Lokale unge fra 13-15 år, som kan få et lomme pengejob, efter et forløb på ungdomsskolen.</p>
<p>UU-vejledere</p> <p>Vejledning til unge ift. Uddannelse.</p>	<p>Erobygning til foreningslivet</p> <p>Samarbejde med Socialforvaltningen, Nørrebrobyggerne og Nørrebro United. Tilbud til børn og unge til at starte til en fritidsaktivitet.</p> <p>Stine Wadskær Munch 51 49 80 04</p> <p>Understøttelse af lokale foreninger</p> <p>Mette Nisgaard understøtter udviklingen et børneprogram hos kunstforeningen Til Vægs samt eksekveringen af beboer-involverende projekter. Derudover er Mette i løbende dialog med Foreningen Lunden.</p> <p>Understøttelse af socialekonomi</p> <p>I Huset 21-23 understøtter Mette lomme pengeindsatser i samarbejde med virksomhederne.</p>	<p>Forældrecafé</p> <p>En gang om ugen i beboerhuset Lundtoftegade med sundhedsplejerske.</p> <p>Dorte Korshøj: 30 45 77 98</p> <p>Copenhagen Contemporary</p> <p>Kunsthallen CC har udviklet en kunstklub hver torsdag for Lundtoftegades 10-13-årige med Nørrebrobyggerne og Til Vægs. Målet er at udvikle et tilbud om kunstneriske fritidsaktiviteter, der foregår i et fællesskab mådt i kunsten for at give de unge muligheden for at opleve kunsten som en vej til styrket kreativitet, glæde og selvværd. På længere sigt kan de unge arbejde på CC i fritidsjobs.</p> <p>Ny Start-gruppeaktiviteter</p> <p>F.eks. Madklub for unge en gang om ugen i Lundtoftegade</p>	

Lundtoftegades forandringsplan - opdatering om boldspilstorvet

Som det løbende er blevet beskrevet her i Lundposten, gennemgår Lundtoftegade en 'Forandringsplan', som er Københavns Kommunes værktøj til at løfte de boligområder, der i 2019 befandt sig på statens "Liste over Parallelsamfund". Forandringsplanen i Lundtoftegade bygger på beboerinddragelse tilbage fra 2017, og har som den eneste af Københavns fire forandringsplaner haft en beboer fra området med i styregruppen.

Se [Juni 2023-udgaven af Lundposten](#) for et fuldt overblik over de store projekter i 'Forandringsplanen'.

Fremover vil vi i Lundposten kommunikere om forandringsplanens centrale projekter. Vi bringer både aktuelle nyheder, og beskriver baggrunden for de enkelte projekter et efter et. I denne måned giver vi en opdatering på projektet i Blok G, "boldspilstorvet" 'Nørrebro Samles på Banen', som er udviklet i samarbejde med den lokale idrætsforening, Nørrebro United.

Ideen til et boldspilstorv begyndte i forbindelse med beboerinddragelsesarbejdet i kampagnen Dit, Mit, Vores Lundtoftegade i 2017. Det var en kampagne, bestyrelsen søsatte som reaktion på Københavns Kommunes vedtagelse af 'politik for udsat by' i 2017, der blev fulgt op af 'ghettolisten' i 2018. Som led i arbejdet med Dit, Mit, Vores Lundtoftegade inviterede bestyrelsen øvrige beboere til samtaleaftener i Pusterummet, hvor fælles oplevelse af områdets udfordringer og fremtidige potentialer blev kortlagt, blandt andet i samarbejde med arkitekten Line Eriksen, som i dag også har lejer kontorplads i Huset 21-23. En af de bekymringer, som flere beboere udtrykte, var ifølge Søren-Emil fra bestyrelsen, som senere blev valgt som formand, at 1) få unge deltager i organiseret foreningsliv eller fritidsaktiviteter, 2) at nogle beboere oplever det som utrygt at unge tager ophold i byrummene og ikke kan gennemskue deres formål og 3) at Lundtoftegade havde fået et image af at være et "lukket" område og et af de "sorte huller på Danmarkskortet", som daværende statsminister Lars Løkke Rasmussen beskrev det i sin nytårstale i 2018. Lundtoftegades bekymringer var på sin vis samstemmende med den lokale fodboldklub Nørrebro United, der trods sine målsætninger om at være "lokal og social", havde problemer med at tiltrække en medlemsskare, der repræsenterede Nørrebros mangfoldighed, både etnisk og socio-økonomisk. Status var nemlig, at langt størstedelen af klubbens aktive medlemmer var hvide middelklassebørn, og at dette mønster også gjorde sig gældende på klubbens lange venteliste.

Fra 2017 søgte og fik NBU økonomisk støtte fra diverse fonde til projektet Brobold, som skulle forsøge at gentænke foreningsidrættens rumlige og sociale vilkår, og få fodboldtræningen ud i boligområderne, tilpasse den, så den kunne fungere på de lokale unges vilkår, og netop ikke bero på at ressourcestærke forældre kunne skrive deres børn op på klubbens lange venteliste. Derfor indledte klubben en dialog med AKB Lundtoftegade om et samarbejde mellem foreningsidræt og almene boligforeninger.

Boldbaneprojektet blev præsenteret og vedtaget på afdelingsmødet i september 2019, og havde dengang en finansiering på 3,5 millioner fra Realdania og en medfinansiering på 3,5 millioner fra Lundtoftegade. Grundet misforståelser mellem KAB's projektledelse og beboerdemokratiet i Lundtoftegade (der tidligere er beskrevet her i Lundposten i efteråret 2022), er projektet blevet forsinket, og bestyrelsen i Lundtoftegade og Nørrebro United har arbejdet for at redde situationen. Det betyder, at alle projektpengene nu hentes udefra, heraf 3,5 millioner fra en kommunal fond og yderligere 1,5 millioner fra Nordea-fonden. Der er således tale om et næsten 100% eksternt finansieret projekt, drevet frem af frivillige i Lundtoftegade og ansatte i Nørrebro United.

Et af de krav, som Realdania stillede til boldbanen, og som der sidenhen har været stor diskussion om i Lundtoftegade, er at den skal være åben og tilgængelig for offentligheden, hvilket betyder, at hegnet ud til Ågade skal erstattes med et indgangsparti, så den er lettere at få adgang til af andre end kun Lundtoftegades beboere. Bestyrelsen ser ikke kun dette som et krav fra Realdania, men også som en overensstemmelse med Lundtoftegades værdier om "solidaritet", "deltagelse" og "social ansvar" – at Lundtoftegade ikke kun er et aflukke om sin egen afdeling, men også arbejder med at løse større lokale problemer i byen, heriblandt manglende tilgængelighed til idrætsfaciliteter. Boldbanen har taget form gennem en serie af seks workshops for beboere i Lundtoftegade målrettet at tilpasse projektet de ofte modsatrettede lokale behov af både fodboldinteresserede unge, unge som gerne vil bevæge sig, men ikke gennem fodbolds specifikt, samt beboere som har boet i området længe, og som gerne ville værne om gårdrummets eksisterende kvaliteter.

Prospekttegning fra boldbanen fra foråret 2022, som er den seneste Lundposten er i besiddelse af. Det endelige resultat er muligvis anderledes.

Tidsplan

Foruden udskydelsen ifbm. finansieringen, er boldbanen over flere omgange blevet forsinket i kommunens sagsbehandlingssystem. Pt. ser tidplanen ud til at være således:

- Fase 1) 2-3 måneder til godkendelse af sagen (godkendelse foreligger i oktober/november 2023)
- Fase 2) Anlægsarbejdet forventes at tage 3-4 måneder, men indledes muligvis først i starten af 2024.

Boldbanen ventes således senest at stå færdig sent forår/tidlig sommer 2024.



Lundens aktiviteter

- Pusterummet, Lundtoftegades hyggeklub for ældre. Åbent mandag og torsdag 13-16
- Flittige Hænder og Biblioteket (i gangen ved nr. 31). Åbent for håndarbejde og hygge, mandag 19-22 og tirsdag 12-15
- Natteravnene, holder til i samme lokale som Flittige Hænder og Biblioteket. Det er en af Danmarks ældste lokalafdelinger, og den går verdens sødste tryghedspatrolje næsten hver fredag. Skriv til pernille.hulstrom@gmail.com, hvis du vil med.
- Til Vægs (Huset nr. 23), den lokale kunstforening, er på kontoret næsten dagligt, men skriv gerne inden du besøger dem: kontakt@tilvaegs.com.
- Kondiklubben. I kælderen ved Netto (se skilt). Åbningstider og kontaktperson kendes ikke.
- Fædre Netværk - en gruppe af fædre fra Lundtoftegade og nærområdet, som bl.a. organiserer arrangementer for børn og familier.
- Kvindeklubber, under det store vaskeri nr. 43. Åbningstider og kontaktperson kendes ikke.
 - Dayreel, for somaliske kvinder
 - Den Morokanske Kvindeklub
 - Røde Roser, klub for tyrkiske og kurdiske kvinder
- Foreningen Lunden, for unge over 18. Holder til i kælderen under det lille vaskeri i nr. 21 og hygger sig med fodbold på TV, bordfodbold og poker.
- Blokråd G, Lundtoftegades angiveligt eneste aktive blokråd, som alle beboere i Blok G kan blive medlem af. Kontaktinformation haves ikke.

DIT MIT
VORES
LUNDTOFTEGADE



Kondiklubben

Kvindeklubberne
- Dayreel
- De Røde Roser
- Den Marokanske
Kvindeklub

Pusterummet

HUSET 21-23
FRAK
HjerteRum
I Tråd med
Verden
Luden KBH
Til Vægs
Ønsk Kaffe

Foreningen Lunden

Natteravnene
Bogklubben
Flittige Hænder

Ejendomskontoret
NørreBrobyggerne

Blokråd G/
Træværksted