

TEMA: KJØKKEN OG BAD



Tilpasser kjøkkenløsninger

Om du vil fornye kjøkkenet på den enkleste og billigste måten trenger du bare å male eller sette på kjøkkenpanel. Men de fleste som oppsøker en kjøkkenforhandler ønsker noe mer.

Side 12

Lærer låtskriverkunst av proffene

Skedsmo viseklubb var godt representert da Østnorsk Viseforum arrangerte låtskriververksted i Horten.

Side 5



- Skal synge så det ljomer

Skedsmo Amatørteater er premie-reklare med «Sound of Music». - Vi skal spille, synge og jodle så det ljomer, sier hovedrolleinnehaver Silje Hagrim Dahl.

Side 35



STOR ANDEL "KVINNELIGE FORETAK" I SKEDSMO



Andelen enkeltpersonforetak med kvinner bak roret har økt mye både i Lørenskog og Skedsmo de siste fem årene. Kvinneandelen i Skedsmo er nå blant de høyeste i Norge.

Side 4

Annonsere her?

Kontakt Elisabeth på tlf. 483 23 443

ROMERIKSPOSTEN

Velkommen til Solheimshagen kinarestaurant!

Vi serverer lunsj fra 11.00 til 15.00 (ikke søndag)

Vi har take away-service

Solheimsgata 17
2000 Lillestrøm

Tlf. 63 81 73 77



LAGERTBEMNING Se mer!
50% PÅ MASSE VARER!
LAMPEHUSET

Stort utvalg fra fiskedisken, med værforbehold

Årets ferske fåriskålkjøtt av lam

SKALLDYR
-30%

69⁹⁰
/kg

MENY

Tilbudet gjeld. tors.-lørd.
Meny Triaden 10-21 (9-18)



2000

GRATIS P-PASSER

Maks 3 timer

Alle våre P-plasser ligger inntil senteret, som sikrer en en rask og effektiv handel. I tillegg finner du flere hundre ekstra brede P-plasser i mellomplanet i vårt P-hus.



VINMONPOLET

34⁹⁰
/kg



Fåriskålkjøtt av lam/sau
Frossent

3 FOR 2



Div. Toro supper

Rimi

Rimi Triaden 07-22 (08-21)
tlf. 67 98 94 40

Triaden
LØRENSKOG STORSENTER

– Hjertelig tilstede

Åpent 10-21 (9-18) · 2000 gratis P-plasser
81 butikker · tlf. 67 97 83 30 · www.triaden.no
Følg oss også på www.facebook.com/Triaden og Instagram #triaden

HARDE FAKTA

19,6

VAR SNITTEMPERATUREN PÅ LILLESTRØM DE SISTE 30 DAGENE.

100

MM NEDBØR HAR KOMMET OVER SKJETTEN DE SISTE 30 DAGENE.

HAR DU TATT ET BLINKSKUDD PÅ ROMERIKE?

Av et vakkert øyeblikk, et morsomt dyr eller kanskje en venn? Det kan være av hva som helst - eneste kriterie er at det må ha blitt tatt på Romerike.

Hashtag bildet ditt på Instagram med #romeriksposten. Vi kårer en vinner som får Flaxlodd i posten.



#happy #garden #romeriksposten @annegran67



#løvenstad #romeriksposten @lilleingvaldsen



#nature #capture_today #romeriksposten @motsi13

BUDAPEST

7 dagers tur med avreise 15. september.

Ta kontakt for info om priser og program.

**OPPLAND
ARRANGEMENT AS**
Tlf. 61 12 06 00
Mob. 47 46 39 79
www.opplarr.no



**ULLERN GÅRD
MØBELLAGER**
Trygt og tilgjengelig
Tlf. 980 15 003

Ullernlåven Antikk & Shabby Chic. Lør. og søn. kl. 12-17

www.ulg.no



Leddheisport G60 ELLIPSE
- Optimal isolasjon
- 4 valgfrie standardfarger
- 6 moderne design



Modellen ELLIPSE er eksklusiv og unik.

Vi tilbyr salg, montering og service.

Vi utfører også service på garasjeporter i borettslag.

Ring oss for befaring tlf. 957 80 619

**Crawford
CENTER**
OPPLAND

oppland@crawfordcenter.no

ROMERIKSPOSTEN

Romeriksposten er en partipolitisk uavhengig lokalavis som hver onsdag, med unntak av ferieperioder, distribueres til husstander i Skedsmo, Lorenskog og Rælingen. Romeriksposten følger Tekstreklameplakaten og Vær varsom-plakaten.

Redaksjonen:
Ansvarlig redaktør:
Dag Rognlien Stenberg,
dag@romeriksposten.no, tlf.: 922 60 792

Redaksjonssjef:
Linn Cecilie Merckoll,
linncecilie@romeriksposten.no (i permisjon)

Journalister:
Roy R. Mortensen,
roy@romeriksposten.no

Yngve Johnsen,
yngve@romeriksposten.no

Charlotte Sissener,
charlotte@romeriksposten.no

Annonseavdelingen:
Markedskonsulent:
Elisabeth Krogsrud
elisabeth@romeriksposten.no, tlf.: 483 23 443

Tips/Leserinnelegg:
tlf: 92 26 07 92, tips@romeriksposten.no

Grafisk:
Karianne Trageton Borud
grafikk@romeriksposten.no

Postadresse:
Avisdrift Romerike AS
Depotgata 20, 2000 Lillestrøm

Ansvarlig utgiver:
Avisdrift Romerike AS
Opplag: 21.200
Trykk: Avis-Trykk Hamar AS
Distribusjon: Norpost

Neste utgave: 18.09.2014
Materiellfrist neste utgave: 16.09.2014

Caravanmessen

Caravan - Bobil - Fritid



BILLETTER:	
Torsdag 18. sept. 12 - 18	Voksne 170,-
Fredag 19. sept. 10 - 18	Barn (7 - 15 år) ... 90,-
Lørdag 20. sept. 10 - 18	Familie 370,-
Søndag 21. sept. 10 - 18	Honnør 120,-

NORGES VAREMESSE, LILLESTRØM
18. - 21. SEPTEMBER
NORGES STØRSTE BOBIL- OG CARAVANMESSE

www.caravanmessen.no

FERSKT LAMMEKJØTT PÅ NORDBY SUPERMARKET!



FÅRIKÅL- KJØTT

Ferskt, pr kg / SEK

39⁹⁰

LAMMEKOTELETT LAMMESTEK
Ferske, pr kg / SEK



LAMMESTEK
Fersk, benfri, pr kg / SEK



LAMMESTEK
Fersk, med ben, pr kg / SEK



LAMMESADEL
Fersk, pr kg / SEK



99⁹⁰

119⁹⁰

79⁹⁰

89⁹⁰



En drøy time i bil fra Oslo

Gjør en god handel hos oss. Hver dag!

Tilbudene gjelder for private husholdninger t.o.m. søndag 21. september, eller så langt beholdningen rekker.
NB! Alle priser er oppgitt i svenske kroner.



www.nordbysupermarket.se

facebook.com/nordbysupermarket

En smartare handel!

BESÖK OSS PÅ WWW.NORDBY.SE OCH SE HUR MYCKET DU SPARAR

110 BUTIKER - ALLTID ÖPPET: MÅN-FRE 10-20. LÖR-SÖN 10-19. MAT VARJE DAG 9-21

NORDBY SHOPPINGCENTER

Hvor er dette bildet tatt?

Har du svaret? Send det til: hvorerdette@romeriksposten.no eller til Romeriksposten, Depotgata 20, 2000 Lillestrøm



Vi trekker ut en heldig vinner som får et FLAX-lodd tilsendt i posten!

SVAR:
Boecks gate 3D
Solheim

VINNER:
HANNA ERVING
Rødovre vei 26 D
1472 Fjellhamar

Takk til alle som sendte inn!

Husker du?

Romeriksposten publiserer i hver utgave et bilde med motiv fra «gamle dager». Har du ønske om bilder du ønsker å se på trykk her, send en mail til redaksjonen@romeriksposten.no.

Skjetten Landhandel, 1917



Skjetten landhandel på Skjettentoppen. Ble drevet av søstrene Ower. Ifølge en kommentar på digitaltmuseum.no ble den nedlagt en gang på 1960-tallet.

NYTT GULV? GARANTERT KVALITET

Parkettgulv, laminatgulv, furugulv, eik heltregulv. Kort leveringstid - varer på lager!

GULV FRA KJENTE LEVERANDØRER:
- Upofloor parkettgulv
- Parla parkettgulv
- Alloc laminatgulv
- Dala Floda furugulv
- Moelven heltre eik

All parkett er 14 mm.
Med 3,5 mm toppsjikt
Kan slipes mange ganger
Enkelt klikksystem

30 000 kvm gulv på lager
Stor utstilling på Alnabru

Utkjøring: Tirsdager og
torsdager i Oslo/omegn

45 års erfaring med gulv.
Vi kan gulv!

Vi er kjent for lave priser.

MED KVALITET, PRIS OG
SERVICE GJØR VI HANDELEN
LETTERE FOR DEG!

GRATIS PARKERING

Moelven Eik Heltre
Rustic 20x140 mm
Etna

Pr. kvm
NÅ **660,-**

Dala Floda Furugulv
21x137 mm. Øk.
Hardvoksoljet Hvit

Pr. kvm
NÅ **168,-**

PARLA Parkett
Eik Natur 3 stav
14 mm. Øk.

Pr. kvm
NÅ **189,-**

Upofloor Parkett
Valnøtt Country 2 stav
14 mm.

Pr. kvm
NÅ **520,-**

Upofloor Parkett
Eik Select 3 stav
14 mm.

Pr. kvm
NÅ **299,-**

Upofloor Parkett
Eik Smoked Mattlakk
14 mm. 3 stav

Pr. kvm
NÅ **408,-**

PARLA Parkett
Ask Natur Mattlakk hvit
14 mm. 3 stav Øk.

Pr. kvm
NÅ **199,-**

Alloc Commercial Stone
Skerer Koksgrå
Livstidsgaranti

Pr. kvm
NÅ **249,-**

Åpent: Mandag - fredag 10-18
Gratis parkering



Vi er kjent for stort
utvalg og lave priser!

**AASEN HANDEL AS
PARKETTGULV**

Alnabru: 22 19 22 52 Åsvang: 62 58 62 22

www.aasenhandel.no

Adr: Strømsveien 273, 0668 Oslo (Alnabru) v/Kvik Kjøkken/ MegaFlis

Lyst på nytt kjøkken?

La drømmen din bli rimelig



Spar tusenlapper!
Husk å spørre etter Bjørn
for å få annonserabatten!

Har du lyst på nytt, flott kjøkken?
Vi hjelper deg uten at du må skifte ut
hele kjøkkeninnredningen. Sammen
finder vi ut hvordan du best kan fornye
ditt kjøkken. Vi produserer nye fronter
og skuffer etter mål, og alle hengsler
og skinner byttes ut. Med Norsk
Kjøkkenfornying er du sikret høy
kvalitet til en lav kostnad – og all
montering blir gjort på kun én dag.

Ta kontakt i dag, med Bjørn Langli,
på tel **93 43 56 95**.

Jeg kommer
gjærne hjem til
deg for en gratis
og uforpliktende
kjøkkenprat.



www.norskkoekkenfornying.no

Høstkampanje

Kvalsvik
Kjøkken | Bad | Garderobe



Vi ønsker høsten velkommen med kampanje på kjøkken, bad, garderaber og vaskerom! Kampanjeperiode 1.-30. sept. Besøk oss og fortell om ditt prosjekt, så tegner vi uforpliktende forslag og hjelper deg med å realisere ideene. Velkommen!

* Ferdig sammensatte moduler * 30 års garanti * Vi tilbyr montering

Norsk kvalitet produsert på Dovre!



Vår nyhet Retro!



Kjøkken og Bad Huset

Kirkegata 14, 2000 Lillestrøm
Tlf. 63 89 07 40 - Fax: 63 89 07 41
E-post: abad@online.no - Åpent: man-fre 10-17, tors 10-18 og lør 10-14

Nytt kjøkken til et par tusen kroner

Kjøkkenet er både et arbeidsrom og et hyggelig oppholdsrom. Her kan familien samle seg til måltidene, og her kan barna gjøre lekser på kjøkkenbordet mens de voksne lager mat. Rommet blir mye brukt - og mye slitt. En oppfriskning behøver ikke koste så mye.

Tekst: Harald Sola Berentsen/ifi.no
Foto: Produsentene

På kjøkkenet kan det meste males; både tak, vegger, gulv og innredning. Dette er et arbeid som er overkommelig for de fleste av oss, men det gjelder å velge rett maling, og det er en del nyttig redskap du bør ha for hånden. Grunnleggende regler for maling gjelder imidlertid også for kjøkkenet, uansett hva som skal males; underlaget må være rent, tørt og fast.

FØRST RENGJØRING

Kjøkkenet er flittig brukt rom i de fleste hjem. Overflatene utsettes for alt fra fet stekeos til skitne barnefinger. Det krever grundig rengjøring før du maler. Malingprodusentene har spesielle rengjøringsmidler som med fordel kan benyttes for å få rene flater. Merk deg at mange har rengjøringsmidler både for vanlig rengjøring, det de kaller vedlikeholdsvask, og rengjøringsmidler som er kraftigere og kun kan brukes dersom du skal male. Avslutt med å skylle flatene nøye, slik at du fjerner rester av rengjøringsmiddelet.

SLIPING

For å bli kvitt ujevnheter, og for å gi den nye malingen et bedre feste, bør du gå over alle flater med slipepapir. Maler du flere strøk, eller grunner, bør du også gjøre dette mellom strøkene. Er du nøye med sliping, får malingen ikke bare bedre feste, den får også en finere overflate. Bruk et fint slipepapir og tørk godt av alt støv etterpå, gjerne med en mikrofiberklut.

VALG AV MALING

På kjøkkenet har det ofte vært vanlig å velge en maling med høy blankhetsgrad for å lette renholdet. At malingen må være blank for å være vaskbar, er en gammel sannhet. I dag finnes både matte og helblanke malinger for skap, lister, tak- og veggpanel som tåler rengjøring uten å bli skjoldete. Også for veggplater finnes gode matte alternativer. Her er det dog viktig å velge riktig produkt, noen elmatte produkter skal ikke tørkes av. Til maling av skuffe fronter, skapdører, stoler og annet treverk du ofte tar i med hendene, bør det brukes en moderne vanntynnet oljemaling eller en polyretanforsterket akrylmaling. Standard lateks- og PVA malinger kan over tid bli klebrige av fingerfett.

MALINGEN

Det er flere fordeler med å benytte en rull til å påføre malingen. For å få en perfekt finish, og får å unngå «appelsinhud», er det viktig at du etterstryker med en flat pensel med bred bust. Når du først har bestemt deg



for å male en flate, pass på å arbeide jevnt og fort, slik at malingen ikke tørker for mye mens du holder på.

DØRHÅNDTAK OG LYSBRYTERE

Ikke absolutt alt bør få maling på seg. Håndtakene på skap og skuffer, lysbrytere og kontakter og andre ting du finner på flaten som skal males, kan med fordel fjernes før du tar frem penselen. Tildekking med mas-

keringsstape er plundrete og sjeldent vellykket. Med en skrutekrek er det raskere å fjerne disse elementene. Vær forsiktig med å blottlegge elektriske kabler.

Vi slår til igjen med **HØST TILBUD** på

GRANITTBENKER -15%

Vi er best på pris, kvalitet og service!

anja@nsm.as / 466 14 659 / 32 16 16 60 / www.nsm.as

Facebook **NATURSTEIN MONTERING**

KROSBY
MØBLER A/S

 Lamino-
kampanje
÷10%

KROSBY
MØBLER A/S

 Møllergt. 11 - 0179 OSLO
Se mer på www.krosby.no

Advarer mot egeninnsats på badet

Har du tenkt å pusse opp boligen din, styr unna baderommet hvis du ikke er kvalifisert for slikt arbeid.

Tekst/foto: Roy Mortensen
roy@romeriksposten.no

- Baderommet er det minste rommet i boligen. Det er også det rommet du kan legge minst egeninnsats i når du pusser opp, sier Sven-Erik Breili ved Maxbo på Hvam.

Breili advarer sterkt mot å gå i gang med oppussing på badet hvis du ikke er kvalifisert for en slik jobb. Utfallet kan bli fatalt og koste mye penger om noe går galt.

BADEROMSOPPUSING

Når folk vil ha opplysninger blir ofte Breili kontaktet gjennom forumet «Klart du kan» hos Maxbo.

- Folk spør om flisleggingen og prisen på dette. For det er dette som synes. Når jeg gjør de oppmerksomme på membranen og det andre som skal være under flisene, rygger de fleste tilbake. Og da forstår de også hvorfor det blir så dyrt å ha håndverkere til å gjøre jobben. Skal du legge varmekabler, skal du gjerne pigge opp et gulv, isolere gulvet, legge kabler, støpe over, det skal avrettes, membran skal på plass og du skal legge fliser til slutt. Da ser du at flisprisen bare blir en liten del av regningen, forklarer Breili.

Våtrommet har et helt annet brukerpotensial i dag enn det hadde for 30 år siden. Nå er det vanlig å dusje hver dag. Blir vannet liggende kan det begynne å trekke ned til andre etasjer. Med varmekabler i gulvet vil vannet tørke før det klarer å trekke ned i betongen.

- Jeg får mange spørsmål av kundene fra hele landet om oppussing av baderom. Veldig mange spørsmål går på hvordan du skal gjøre ting når du pusser opp våtrom. Jeg gir klar beskjed om at det er et sjansespill å gjøre det selv. Til syvende og sist er det en billig forsikring å overlate den jobben til fagfolk, sier Breili.

KAN SPARE PENGER, MEN...

Du kan legge flisene selv etter at membranen er lagt av en som har godkjenning for å utføre slik jobb. Maxbo-mannen forteller at det finnes folk som har lagt varmekabler selv, og deretter fått en elektriker til å komme og se at jobben er gjort på en forsvarlig måte.

- Det kan bli mye flyng fram og tilbake for håndverkerne i slike tilfeller. Og det er veldig sjelden at de har interesse av dette. Håndverkerne foretrekker heller å gjøre hele jobben selv, fra starten av.

Jobben du selv kan gjøre på badet begrenser seg til maling og flislegging. Og på denne jobben er det ikke så mye å spare, ifølge Breili.

- Jeg har inntrykk av at et bad på rundt tre kvadratmeter ikke behøver å være noe overdrevent luksus før du har nådd 200.000 kroner. Hvis du da trekker fra det du kan gjøre selv av jobb på badet, må du sikkert ut med 150.000 kroner bare for det håndver-



GIR RÅD: - Jeg nekter ikke å fortelle folk hvordan oppussing av bad skal gjøres, men jeg er samtidig veldig nøye med å anbefale at de heller bruker fagfolk på dette rommet. Det kan fort bli veldig dyrt hvis det skulle oppstå en skade, sier «Klart du kan»-mann Sven-Erik Breili ved Maxbo.

kerne må gjøre. Hvis du da kan velge å få gjort alt for 200.000 med garanti, har du sikret deg selv. Hvis du tar flisleggingen selv, og flisleggingen blir så stygt, da har du ikke spart mye penger, forteller Breili.

Han vet at det er mange som gjør jobben selv. Folk leser og spør seg fram til kunnskap og gjør jobben fagmessig. Men hvis det en gang går galt risikerer boligeieren selv å måtte betale for skadene.

- Det kan selvsagt gå galt for en håndverker, men han har en forsikring som dekker skaden. Hvis det blir en vannlekkasje som sprer seg til naboene blir ikke skaden dekket av forsikringen slik det gjør for en fagmann. Strøm og vann er også veldig nære hverandre i et baderom og dermed skumle elementer å blande

MYE VANNSKADER

Finans Norge opplyser at erstatningene fra forsikringsselskapene etter vannskader i private boliger og hytter er på nesten 2.3 milliarder kroner i 2013. 64.000 vannskader ble meldt inn til forsikringsselskapene.

- Dette er en kraftig økning av erstatningene på 15 prosent, mens antallet går opp med 17 prosent sammenlignet med 2012, sier kommunikasjonssjef Stine Neverdal i Finans Norge.

De fleste vannskadene er relatert til ulike former for rørbrudd inne i boligen. I tillegg er det mange vannskader som skyldes vanninntrenging utenfra i perioder med mye nedbør. Vann kan gjøre stor skade, særlig om vannet blir stående lenge før torkingen kommer i gang.

Hele 4.500 hytter ble vannskadet i fjor, en økning på 32 prosent når det gjelder antall, mens erstatningene økte med 28 prosent fra 2012. Det er langt større risiko for å få en vannskade enn et innbrudd. Hvert åttende minutt oppdages en vannskade i norske hjem, opplyser Finans Norge. - Tall fra Finans Norge viser at det i gjennomsnitt avdekkes 175 vannskader i hus, hytter og leiligheter hver dag, sier Neverdal.

Salongtepper, Maling

- 20 %

på alt av utv. maling.

(gjelder vann og badstue)

Gjør et kupp nå !

Alle salongtepper

- 50% - 70%

Teppesalongen AS

Strømvæien 61 | Strømmen | Tlf: 63 81 64 40
Man-fre 10.00-17.00 | lørdag stengt

Tilbudet gjelder f.o.m. 11. sept. 2014

www.teppesalongen.no



ET NØKKELE FERDIG DRØMMEROM - ALT FRA ET STED

Vi har de nyeste trendene som presenteres av et team av profesjonelle designere som kan gjøre drømmene dine til virkelighet. Våre håndverkere sørger for at du får et riktig faglig utført bad eller kjøkken i en høy designklasse til en fornuftig pris.

Vi har butikken full av fliser, innredning og belysning. Kom og få tegnet drømmerommene dine.

www.JKE-design.no - www.flis.no


Miele

 SINNA-
SNEKKEREN
OFFISIELL LEVERANDØR

**JKE
DESIGN**

et godt kjøkkenliv

Kjøkkenhuset Lillestrøm
Flishuset Import
Åråsen Stadion . Telefon 64 84 10 30
www.flis.no
ma-on 10-18, to-fr 10-20, lø 10-15

*I perioden 15.9.-17.10. får du 25% rabatt ved kjøp av komplett kjøkken fra JKE Design. Vi har spesialpriser for Miele hvitevarer - kom og hør mer! Velkommen til oss - kun 20 min fra Oslo - gratis parkering.



KLASSISK: Konsulent Lene Johansen ved Montér i Lillestrøm opplyser at mange går for et klassisk kjøkken.

Tilpasser kjøkkenløsninger

Om du vil fornye kjøkkenet på den enkleste og billigste måten trenger du bare å male eller sette på kjøkkenpanel. Men de fleste som oppsøker en kjøkkenforhandler ønsker noe mer.

Tekst/foto: Roy Mortensen
roy@romeriksposten.no

- Vi går gjennom forskjellige kjøkkenløsninger med kunden og finner en god løsning for rommet, sier konsulent Lene Johansen ved Montér i Lillestrøm.

For mange er det å velge nytt kjøkken en stor beslutning. Derfor anbefaler Montér at du gjør noen vurderinger for å skape en optimal innredning.

ØNSKELISTE OG BUDSJETT

Med kjøkkenpanel kan du selv fornye kjøkkenet ditt i løpet av en ettermiddag. Resultatet blir lekkert, delikat og hygienisk uten at du trenger å bekymre deg for fliser og fugemasse. Bare lim platen på vegg, og den er ferdig til bruk, opplyser Montér. Men skal du gjøre mer enn dette anbefaler byggvarehuset at du skriver en ønskeliste for hva du vil innrede rommet med og hvor mye penger du vil legge i et nytt kjøkken.

- Mange kunder som er ute etter et kjøkken er først innom oss for å se

hva vi har å by på, og for å få litt inspirasjon og ideer til hvordan kjøkkenet deres skal bli. Det er ofte at kundene bruker litt tid på de forskjellige løsningene før de bestemmer seg. Når de har bestemt seg setter vi opp et tegnemøte. Vi ser da på hva som er praktisk ut fra rommet de skal møblere, forklarer Lene Johansen.

Kjøpegruppen er fra 25 år og oppover. Prisen på et nytt kjøkken starter på rundt 12.000 kroner.

- Hva er levetiden på et kjøkken?
- Det er mye opp til deg selv. Vi har 10 års garanti på våre kjøkken. Garantien slår inne om noe uforutsett skulle dukke opp med kjøkkenet, ting som ikke skyldes vanlig bruk, opplyser kjøkkenselger Beate Strande.

GÅR FOR KLASSISK

Strande forteller at veldig mange av kundene velger klassiske kjøkken. - Toscana Grå kjøkken er veldig populære, og det er også dette kjøkkenet vi selger mest av. Her kan man velge mellom mange typer dørronter. Vi driver med modulbygging. Da får kunden kjøkkenet tilpasset til rommet det skal stå i, sier Strande.



MODERNE: Noen bytter ut klassisk med glatte stålflater, og ønsker en praktisk vegg med vaskemaskin, kjøleskap, fryseboks og stekeovn.

Prislappen på kjøkkenet kan kundene selv påvirke. Sluttsommen kommer helt an på hva du skal ha, om du vil ha en heltrefront eller en helt enkel lamin front.

- Vi har montører som reiser ut og setter opp kjøkken. Kunden slipper dermed selv å sette sammen skap og skuffer, forteller Strande.

LEVERINGSTID

- Tar det lang tid før drømmekjøkkenet er i hus?

- Vi tar et møte med kundene hjemme slik at vi får målt for å sjekke at kjøkkenet de har valgt ut passer. Når bestillingen er gjort har vi minimum fire ukers leveringstid.

Noen bestemmer seg allerede på det første tegnemøtet hvilket kjøkken de vil ha, andre bruker litt lengre tid, forteller Lene Johansen.

- Hvor fort settes kjøkkenet opp?
- Som regel går monteringen unna på én til tre dager. Men noen er mer avanserte, med flere detaljer, da tar

det litt lengre tid.

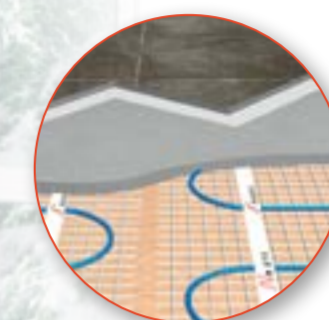
Trengs det elektriker eller rørlegger må kunden selv bestille dette. Monterene til byggvarehuset tar seg kun av selve kjøkkenet.

- Hvis kunden ønsker det, bestiller vi hele teamet. Våre montører har et samarbeid med elektriker og rørleggere. De koordinerer jobben mellom seg, sier Lene Johansen.

Komfort med elektrisk gulvvarme

Varmekabler bidrar til godt inneklima og lavere energiforbruk

Nexans kan tilby lavtbyggende løsninger som egner seg meget godt for både nybygg og rehabilitering.

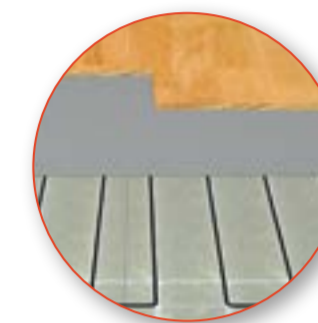


MILLIMAT® - varmekabelmatte bygger kun 4,5 mm.

Kan legges i alle typer gulv, enten dekket med avrettingsmasse eller rett i fliselim. Matten kan legges både på brennbart og på støpt gulv.

MILLCABLE/MILLCCLICK™ - aluminiumsbelagt trinnlydsplate og varmekabel som totalt bygger kun 8 mm.

Her er det ikke behov for støping. En ideell løsning for parkett og laminatgulv, for bruk i både nybygg og rehabiliteringsprosjekter.



Varmekabler har mange fordeler som varmekilde:

Gir optimal varmefordeling i rommet • Vedlikeholdsfritt • Minimerer energiforbruket
Gir deg varme der du ønsker det • Lang levetid • Lav installasjonskostnad
Er usynlig og lager ikke lukt eller lyder

nexans
www.nexans.no/varme

Ta kontakt med din lokale elektroinstallatør for mer informasjon!

1000

Sigdal kjøkken til kampanjepriser

& 1000 HVITEVARER FRA MIELE TIL KAMPANJEPRISER



årets
kjøkken
kjøp

Nå vil vi gi 1000 personer, familier, par, single, venner eller slektninger sjansen til å leve livet i et kjøkken fra Sigdal. Derfor tilbyr vi 1000 norskproduserte kvalitetskjøkken og 1000 kvalitetsprodukter fra Miele til ekstra gode priser. Velkommen innom så hjelper vi deg med å finne din plass for livet.

Jessheim: Gardemoveien 1. Tlf: 63 94 05 30. post@studiosigdal-jessheim.no
Lørenskog: Skårersletta 60. Tlf: 67 91 20 60. post@studiosigdal-lorenskog.no

sigdal

BUSSREISER

17/9 Tossa de Mar



Forleng sommeren med en deilig tur til Tossa de Mar på Costa Brava kysten i Spania. Vi bor 7 dager på det flotte Golden Bahia i Tossa de Mar. Hotellet har stort uteområde med svømmebasseng, SPA senter, mye underholdning om kvelden, bare noen minutters gange fra den sjarmerende gamlebyen og stranden. Utfukt til Barcelona, klosteret Montserrat og vinprodusenten Torres. Båt Oslo - Kiel t/r 1/2 pensjon + 2 lunsjer. **15 dager kr 14 990**

1/10 Berlin 25 år etter murens fall



9. November 1989 strømmet store menneskemengder fra Øst til Vest. Siden den gang har Berlin vært en by hvor det har skjedd store endringer. Bli med og selv. Båt Oslo - København t/r. 3 netter på 4* Hotell Berlin 1/2 pensjon Besøk på DDR museet, lokal guide **6 dg kr 6 300,-**

8/10 Kroatia - Dalmatiakysten



Vi besøker Zadar, Split, Trogir, Sibenik og Krka Nationalpark. 7 netter på 4* Hotell i Biograd. Aller rom har havutsikt. **15 dager kr 16 500,-**

23/10 Oktoberfest i Bremen



Freimarkt i Bremen er Tysklands eldste folkefest. Arrangeres for 977 gang. Stor opptog i Bremen på lørdag. Båt Oslo - Kiel t/r, 2 netter på Atlantic Grand Hotell midt i sentrum av Bremen. Bli med på en storslått tysk folkefest. **5 dg kr 6 300,-**

Andre turer

- 28/10 København 4 dg kr 3 990,-
 - 1/11 Praha 7 dg kr 7 990,-
 - 13/11 Egeskov Slott 4 dg kr 5 390,-
 - 14/11 Göteborg og Liseberg 3 dg kr 2 750,-
 - 17/11 Oset Hotell Julemarked 3 dg kr 2 950,-
 - 26/11 Julemarked i Rudesheim 7 dg kr 7 900,-
 - 4/12 Julemarked i Schwerin 5 dg kr 4 990,-
 - 10/12 Celle, Goslar Hannover 6 dg kr 5 990,-
- 3 julemarkeder på en tur!!**



Be om katalog for 2014



**Arne Johans
Bussreiser**

Jernbanegt. 12, 3070 Sande
Tlf. +47 33 77 98 80
www.arnejohans.no



Kan bli «Årets matblogger»

Trine Sandberg fra Fjellhamar er en av fem finalister som skal kjempe om tittelen «Årets Matblogger 2014».

**Tekst: Charlotte Sissener
charlotte@romeriksposten.no**

Forrige uke ble finalekandidatene til den prestisjefylte prisen «Årets matblogger» plukket ut. Trine Sandberg fra Fjellhamar, som i flere år har stått bak «Trines Matlogg», er en av de nominerte.

- Jeg er kjempelad for å være en av fem finalister i konkurransen om å bli «Årets Matblogger 2014». Jeg har vært lenge i gamet og har jobbet hardt og målrettet for å komme dit jeg er i dag, kommenterer Sandberg, som har en av Norges mest leste matblogger med ca 30 000 besøkende hver dag.

SVÆRT ALLSIDIG

Nesten 2000 forslag kom inn da Mathallen i Oslo og Godt.no tidligere i år gikk ut og ba publikum om å nominere sine bloggfavoritter. Etter det har juryen hatt jobben med å plukke ut finalekandidatene.

I sin begrunnelse skriver juryen at Sandberg har en svært allsidig matlogg, og at hun har inspirert sine lesere til å lage og glede seg over ekte matlaging.

- Det har vært et stort juryarbeid å gjennomgå alle de nominerte bloggene. Kvaliteten på svært mange av bloggene er gjennomgående høy, både i forhold til tekst, foto og variasjon, kommenterer daglig leder Frode Rønne Malmø i Mathallen.

LESERNE BESTEMMER

Nå er det publikum som bestemmer hvem av finalistene som får gå helt til topps.

- Jeg tror konkurransen blir hard, og det er nå opp til leserne å stemme på sin favoritt. Her er det antall stemmer som teller, ikke besøkstall på bloggen. Jeg håper derfor at folk klikker seg innom for å stemme frem sin favoritt, og selvsagt håper jeg de



NOMINERT: Trine Sandberg, som står bak «Trines Matlogg», er en av de nominerte til prisen «Årets Matblogger 2014». (Foto: Gry Traaen)

stemmer på meg. Det hadde vært stas – tittelen «Årets Matblogger» henger høyt, sier Trine Sandberg.

Du kan stemme på Godt.no frem til 10. oktober, og den heldige vinneren kåres i Mathallen i Oslo 12. oktober.

Stripene er på plass

I forrige uke etterlyste skoleelevene Benjamin og Felix Waal synlige sebrastriper ved fotgjengerovergangene ved Volla skole i Lillestrøm. Nå har de fått ønsket oppfylt.



**Tekst/foto: Roy Mortensen
roy@romeriksposten.no**

Etter at anleggsarbeidene i Nittedalsgata var avsluttet ble det satt igang merking av gangfelt og sykkelbane på veistrekingen. Overingeniør ved kommunalteknisk avdeling i Skedsmo kommune, Roger Solli, opplyser at de bruker rundt 100.000 kroner på merking av fotgjengerovergangene, sykkelveier og fartshumper hvert år.

Overgangene som merkes hyppigst males hvert andre år. Noen blir re-malt hvert femte år, avhengig av trafikkmengde. Anleggsarbeid i tilknytning til noen av gatene gjør at sebrastripene ikke blir merket opp på ny før anleggstrafikken blir borte. Solli forteller at kommunen re-merker rundt en fjerdedel av overgangene hvert år. I år er det 33 overganger som har blitt malt på nytt.

I løpet av en toårs periode skal kommunen også bytte ut alle lysrørene i stolpene til LED-lys. Alle gangfeltene får dermed intensivbelysning slik at fotgjengerovergangene får mere lys enn det som ellers er langs veien.

Vanntett grunnmur

Vi utfører innvendig vanntetting av grunnmurer og ellers alt av betong/leca. Gode referanser. 10 års garanti. Gratis befaring. www.norteknikk.no

Tlf. 400 68 028

SJOKKPRISER PÅ MC-KLÆR

MC-jakke Cordura, vanntett, før 1200,-.....790,-
MC-bukse Cordura, vanntett før 1190,-.....790,-
Ryggskinne.....398,-
MC støvler, vanntette før 1690,-.....990,-
Skinnbukse m/snøring, før 1690,-.....1290,-
Vanlig jeans, skinnbukse, før 1290,-.....890,-
MC-hjelm før 1390,-.....990,-
MC-hansker, før 398,-.....298,-
Kjøredress i skinn, 2-delt, før 5990,-.....3990,-
Skinvest med snøring.....598,-
MC-klær til barn, før 1190,- pr. plagg.....690,-
Pakketilbud: jakke, bukse, hansker fra.....1790,-
Caberg hjelmer med solbriller selges rimelig



WELL DONE

Stansevn. 18 - Oslo
Nedre Kalbakken Industriområde
Tlf 22 25 69 00
Åpent 10-18 (10-16)
Gratis parkering
www.mcbekledning.com

Stort utvalg - mye mer til bunnpriser!
CE-godkjent. Topp kvalitetsvarer.

BRIDGEKURS

Lørenskog Bridgeklubb og Høybråten Bridgeklubb arrangerer bridgekurs for nybegynnere på Løkenåsen skole med start 23. september. Kurset går over 8 kvelder (tirsdager) og starter kl. 18:00 og varer i ca. 3 timer. Kursleder er Trygve Sætereng, en skattet og velbenyttet kursleder.

Påmelding – og evt. spørsmål **senest 18. september** til Toralf Stødle, tlf. 975 65 009 eller Lillian Lindberg, tlf. 934 26 190. Kurset koster kr. 800 og dekker utgifter i forbindelse med kursbok, kursleder, kaffe, og kaker. Beløpet betales inn til konto 5082 07 38202 og merkes ditt navn og "bridgekurs".

Velkommen på kurs! Bridge er sosialt, spennende, variert, utfordrende og ypperlig trening for "de små grå"! Kom gjerne alene, vi finner en makker både på kurs og spillkvelder!

BRIDGE – et spill for livet!

HØSTMOTE



LA DEG INSPIRERE

Sommeren har vært strålende, batteriene er ladet og nå gleder vi oss til å vise deg hva høsten har å by på. På de neste sidene viser vi deg smakebiter på hva du kan finne av spennende nyheter i våre butikker - enten du bare vil la deg inspirere av trendene eller oppdatere garderoben.

Velkommen til Triaden!

Foto: ecco.com

ecco
STR. 36-41
OGSÅ I BRUN
1900,-

**Triaden
LØRENSKOG STORSENTER**

– Hjertelig tilstede



Armbånd
BIK BOK
59,-



Midiskjørt
VILA
279,95



Bukse
CUBUS
199,-



Skjørt
VIVIKES
399,-



Perløredobber
CUBUS
69,-



Calvin Klein armbånd
JUVELEN
990,-



Sølvsmykke
GLITTER
299,-



Ankelstøvlett
ECCO
1600,-

MUST I HØST

Også høsten har nøkkelplasser for en stilsikker og praktisk garderobe. Miks metalliske plagg med materialer som strikk og skinn og velg mønster som striper og ruter. Skinntights, knelange skjørt og cardigan i strikk er et must i høst.

STILIG STYLING

Høstens rene antrekk styles enkelt med tilbehør som store skjerf, skinnvesker og lekre smykker. Gå for støvletter med hæl, og gjerne i høstens populære lillatone. Smykk deg fin med store kjeder og lek deg med ulike farger.



Caddis Fly strikkecardigan
CLAIRE.DK
799,-



Cashmere poncho
VIC
599,-



Ankelstøvlett
EUROSKO
1199,-



Paljettsinglet
LINDEK
199,-



Kjede
GLITTER
129,-



Skjerf
DOROTHEA
599,-



Foret Dr. Martens
EUROSKO
1699,-



Smykke
CMYK
399,-



New Balance sneakers
DNA
799,-



Ricco Vero skinntights
VIC
1099,-



Sekk
CMYK
399,-



Skjorte
BIK BOK
249,-



Ankelstøvlett
DNA
1299,-



Don Donna veske
MORRIS
349,-



Strikkelue
CUBUS
79,-



Støvlett
DNA
1599,-



Kåpe
VIVIKES
2499,-



Kåpe
VIVIKES
999,-



Caddis Fly kåpe
CLAIRE.DK
1399,-



Donna kåpe
MATCH
999,-



Strikkegenser
DRESSMANN
399,-



Collagegenser
CARLINGS
499,-



Klokke fra Daniel Wellington
THUNE
1399,-



Denimskjorte
DRESSMANN
299,-

VARME OMSLAG

Sesongens kåper er alt fra korte og lange til vide og smale, men går du for skulpturelle linjer og kokongform er du garantert innenfor høstens motebilde. Hvitt og grått forblir hot, men også duse pasteller og nydelige blåtoner for de mer fargeglade.

DYPE NYANSER

Jordnære farger passer høsten til, som kombinasjonen av mosegrønne jakker og okergult tilbehør. Blant kaldere farger finner du burgunder, blått og gråblå nyanser på fargepaletten i år, og miksen av de tre fargene er en stilsikker vinner for stilige herremenn.



Frequent kåpe
DOROTHEA
899,95



Kåpe
VIVIKES
1299,-



InWear kåpe
VIC
2199,-



Line of Oslo kåpe
DOROTHEA
1499,-



Skjerf fra Gant
VIC
499,-



Jakke fra Scotch & Soda
BRANDSTAD
1799,-



Bukse fra Replay
VIC
1499,-



Vest
CARLINGS
799,-



Kåpe
BIK BOK
699,-



Saint Tropez kåpe
CLAIRE.DK
899,95



Kåpe
VIVIKES
999,-



Kåpe med skinnarmer
LACE
799,-



Strikkegenser fra Shine Original
BRANDSTAD
499,-



Bukse fra Henry Choice
BOYS OF EUROPE
799,-



T-skjorte
BOYS OF EUROPE
199,-



Fritidssko
SHOEDAY
899,-



Didrikson regnsett, bukse og jakke
BOGERUD
599,-



Cap
CUBUS
99,-



Ankelboots
EUROSKO
599,-



Genser
LINDEX
149,-



Parkas
CUBUS
499,-



Lue
NAME IT
149,95



Topp
LINDEX
129,-



Bukse
CUBUS
199,-

TØFF HØST

Både varme og kalde nyanser preger klær for tøffe skolebarn denne sesongen. Ulike blåtoner kombinert med jordnære farger som grått og grønt er fine fargevalg for spreke gutter. Dyp lilla er også et tøft og sporty fargeinnslag denne høsten.

SKOLEFIN PIKE

La den lille skinne i kalde, feminine høstfarger. Varme jakker i kule farger er både praktisk og fint på små prinsesser, og elementer av denim og gråtoner passer til alle farger. Mønstre som dyreprint og blomstermotiver kan de selv leke seg med.



Baseballjakke
CUBUS
249,-



Bukse
CUBUS
199,-



Parkas
CUBUS
499,-



Genser
NAMEIT
299,95



Genser
NAME IT
229,95



Denimskjørt
NAME IT
229,95,-



Genser
NAME IT
329,-



Pelsvest
NAME IT
259,95



sneakers
SHOEDAY
399,-



Hettejakke
NAMEIT
349,95



T-shirt
CUBUS
99,-



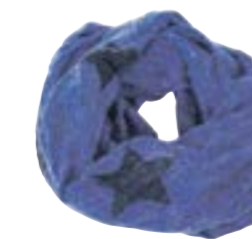
Jeans
NAMEIT
279,95



Snekkerbukse
LINDEX
299,-



Jakke
BOGERUD
499,-



Skjerf
CUBUS
99,-



Støvler
EUROSKO
499,-



Køkkenvekt
DOROTHEA
449,-



Forkle 129,- Kjøkkenhåndkle 99,-
Grytekluter 79,-
PRINCESS



Cupcakeformer
KREMMERHUSET
29,-



Bodum presskanne. Liten kanne,
3 kopper 199,- Stor kanne, 8 kopper 299,-
KITCH'N



Jakke
MATCH
1299,-



Belsac veske
MORRIS
1495,-



Boots
EUROSKO
1299,-



Poncho
MATCH
499,-

PERSONLIG PREG

Varme og lune elementer med hint av kalde blåtoner er sikre vinnere på kjøkkenbenken denne sesongen. Kjøkkenmaskiner skal ikke lenger forsvinne i interiøret, men stå ut som spreke, fargesterke innslag som setter sitt personlige preg på kjøkkeninnredningen.



Le Creuset salt- og pepperkvern
KITCH'N
369,-



Servietter
PRINCESS
39,-



Gourmand støpejernsgryte
CHRISTIANIA GLASMAGASIN
799,-



Popcornbolle
DOROTHEA
299,-



Kitchen Aid
KITCH'N
4499,-



Trefjøl
KREMMERHUSET
249,-



Vaser,
liten 79,90 stor 129,90
KID



Norge ferskpresset eplejuice
CHRISTIANIA GLASMAGASIN
89,-



Skjorte
VIVIKES
499,-



Smykke
LINDEK
149,-



Donna ullcardigan
VIC
999,-



Skjerv
CMYK
299,-



Strikkejakke
LINDEK
299,-



Bukse
VILA
499,95



Skjerv
VILA
179,95



Kjole
MATCH
599,-

HØSTSTEMNING

La kombinasjonen av høstens flotte fargenyanser løfte humøret på grå høstværstid. Gult, oransje og grønt gjenspeiler sesongens naturlige fargepalett, mens lilla tilbehør, som store skjerf, gir farge og glød til ansiktet.

Kle deg klokt



Alle høstens
dameklær fra Brandtex

÷ 30%

Brandtex

Bogerud

Triaden Lørenskog Storsenter - Telefon 67 97 58 60

**Triaden
LØRENSKOG STORSENTER**
- Hjertelig tilstede

Åpent 10-21 (9-18) · 2000 gratis P-plasser
81 butikker · tlf. 67 97 83 30 · www.triaden.no
Følg oss også på www.facebook.com/Triaden
og Instagram #triaden

TRENDY HØST

Sølv med zirkonia



kr 1.499,-

kr 999,-

kr 1.499,-

apm
MONACO

JUVELEN
GULLMED

Juvelen Triaden, 940 20 343 www.juvelen.no

Kampanjen gjelder til 9. oktober eller så langt beholdningen rekker. Utvalget kan variere fra butikk til butikk. Vi tar forbehold om trykkfeil, prisendringer og utsolgte varer.

**SHOES & BOOTS
LOW PRICES!**

**BLACK.
499,-**
Str. 36-41



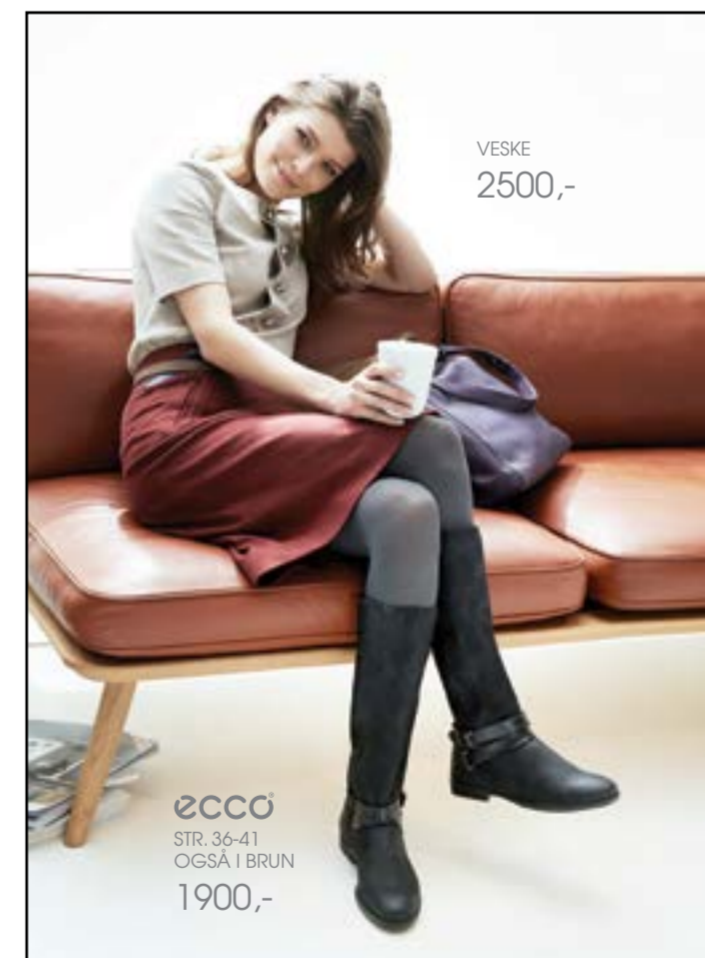
Comfy
Sleep
499,-
Str. 36-41



**BLACK.
399,-**
Str. 36-41

SHOEDAY

Shoeday Triaden • Tlf.: 67 97 47 60 • www.shoeday.no



VESKE
2500,-

ECCO
STR. 36-41
OGSÅ I BRUN
1900,-



ECCO
STR. 36-41
999,-



ECCO
STR. 41-45
1400,-



ECCO
STR. 36-41
1400,-



ECCO
STR. 41-46
1500,-



ECCO
STR. 36-41
1400,-



ECCO
STR. 41-46
M/GORE TEX
1400,-



ECCO
STR. 36-41
OGSÅ I SVART
1400,-



ECCO
STR. 41-46
1400,-

ÅPNINGSTIDER
MANDAG - FREDAG 10 - 21
LØRDAG 9 - 18

TRIADEN LØRENSKOG STORSENTER
TELEFON 67 90 75 47

ECCO

**Triaden
LØRENSKOG STORSENTER**
- Hjertelig tilstede

Åpent 10-21 (9-18) · 2000 gratis P-plasser
81 butikker · tlf. 67 97 83 30 · www.triaden.no
Følg oss også på www.facebook.com/Triaden
og Instagram #triaden

CHILI CON CARNE

med nachochips, rømme og salsa

95



jordbærpike.no

Lyst på noe godt?

Vi har et stort utvalg av kaffe, kaker og frodig hjemmelaget mat. Unn deg en pust i bakken hos oss.

jordbær
PIKENE



VI HAR ET STORT UTVALG AV **Dr. AirWair Martens**



SHOE ADDICT'S
SECRET SOCIETY

dna
a part of you
dna Triaden Lørenskog
www.dna-shoes.com

VARMT & VANNTETT



599,-

PONNY mod. 3/4.



før 599,-
499,-



PONNY mod. 6/7



599,-



749,-

★VIKING GORETEX
mod. 845/846



PONNY mod. 1/2.

www.eurosko.com

EUROSKO

Triaden Lørenskog

Triaden
LØRENSKOG STORSENTER

– Hjertelig tilstede

Åpent 10-21 (9-18) · 2000 gratis P-plasser
81 butikker · tlf. 67 97 83 30 · www.triaden.no
Følg oss også på www.facebook.com/Triaden
og Instagram #triaden

Triaden
LØRENSKOG STORSENTER

– Hjertelig tilstede

Åpent 10-21 (9-18) · 2000 gratis P-plasser
81 butikker · tlf. 67 97 83 30 · www.triaden.no
Følg oss også på www.facebook.com/Triaden
og Instagram #triaden

Få din egen alder i rabatt



Alle får minimum
**50%
rabatt**

brilleland

Triaden, Lørenskog Storsenter – Tlf. 67 90 98 20

Aldersrabatten gjelder komplett brille inkl. Basis enstyrke glass.
Synsprove 450,-, brillelilpasning 300,- og evt. oppgradering av glass kommer i tillegg.
Tilbudet kan ikke benyttes med andre tilbud og rabatter.

PRINCESS

Shop varer hos
www.princessbutikken.no
eller i en av våre 149 butikker.



DUNPUTE
LIGHT
BEST
I TEST*

* Det er testet dunputer fra 4 av Norges største interiørkjeder. Putene inneholder 70-100% andel dun. Testen er gjennomført av IDFL desember 2013.

Dream Collection Norskprodusert

Illustrasjonsbildet viser putene Light, Gold og Volume.

GLOBAL LEADER IN FILLED TEXTILE TESTING
ASTMA- OG ALLERGIFORBUNDET
NOMITE

Alle dunputer 2 for 1*
50x70 cm
Tilbudet varer t.o.m. 5. oktober.



Satengsesett Grace
140x200 cm 499,-
140x220 cm 519,-

Alle satengsesett 2 for 1*
140x200 & 140x220 cm
Gjelder ikke designet MARIUS
Tilbudet varer t.o.m. 2. oktober.

* 2 for 1 kan ikke kombineres med andre tilbud. Ved 2 for 1-tilbud, spanderer vi den rimeligste. Tilbudene gjelder så langt beholdningen rekker.



Høstens nyheter er nå i butikk
TIMO GRACE VILA PLEASE! TANTE MAGGY
ILSE JACOBSEN-KJOLER SELECTED FEMME FLOYD

Dorothea
www.dorothea.no

Triaden
LØRENSKOG STORSENTER
– Hjertelig tilstede

Åpent 10-21 (9-18) · 2000 gratis P-plasser
81 butikker · tlf. 67 97 83 30 · www.triaden.no
Følg oss også på www.facebook.com/Triaden
og Instagram #triaden

Triaden
LØRENSKOG STORSENTER
– Hjertelig tilstede

Åpent 10-21 (9-18) · 2000 gratis P-plasser
81 butikker · tlf. 67 97 83 30 · www.triaden.no
Følg oss også på www.facebook.com/Triaden
og Instagram #triaden



GANT

*Vi har
høstens jakker
fra de kjente
merkevarene*

GANT · HUGO BOSS · FILIPPA K
TIGER OF SWEDEN · RICCOVERO · SAND
ARMANI · REPLAY · G-STAR · IN WEAR
MAC · SVEA · GUESS · JEAN PAUL · BLU
MARIO CONTI · DONNA · VA VITE · ALVO
DYRBERG & KERN · SNÖ OF SWEDEN
BEAUMONT · BJÖRN BORG · DOVRE

VIC

PREMIUM BRANDS

Gamleveien 88, tlf. 67 97 24 10, 10-21 (09-18) – vic.no

TRIADEN

Triaden
LØRENSKOG & STORSENTER
– Hjertelig tilstede

Åpent 10-21 (9-18) · 2000 gratis P-plasser
81 butikker · tlf. 67 97 83 30 · www.triaden.no
Følg oss også på www.facebook.com/Triaden
og Instagram #triaden

Høstens lune og varme
strikk fra **399,-**



Match Triaden
Gamleveien 88
Tlf. 67 97 16 00

Åpningstider
Man-Fre: 10-21
Lør: 09-18

MATCH
matchfashion.no

Triaden
LØRENSKOG & STORSENTER
– Hjertelig tilstede

Åpent 10-21 (9-18) · 2000 gratis P-plasser
81 butikker · tlf. 67 97 83 30 · www.triaden.no
Følg oss også på www.facebook.com/Triaden
og Instagram #triaden



Tilbud
10.-13. sept.
-20%
på alle hodelykter

fra
79,-

Hodelykter er ikke bare for de som orienterer. De er praktiske på mørke høst-turer eller når du leter etter ting i kjeller og på loftet. Vi har syv ulike modeller å velge imellom.

↓
39,-



LED lommelykt
Stavlykt med aluminiumshus. Ulike farger.
36-2996-5

199,-



Kraftig lys!

Sykkellys
Hurtigfeste for styret. Meget lyssterk belysning.
34-7815

229,-



Indestructible LED stavlykt
Tåler litt toffe tak. Opp til 40 timers driftstid i sparemodus.
36-5040

129,-
(199,-)



Focus LED lommelykt
Solid lykt med aluminiumshus. Justerbart lysbilde.
36-4840

↓
69,-



LED sykkelbelysning
Front- og baklys med hurtigfeste.
31-5470

clas ohlson
Nyttige dingser siden 1918

HØSTENS NYHETER FRA BERGANS!

til store og små!

BERGANS DOWN LIGHT DUNJAKKE TIL DAME OG HERRE
Lett, varm dunjakke som passer til de fleste aktiviteter og værforhold. Den er designet for bruk under en skalljakke og det vind- og vannavvisende materialet gjør at den også kan brukes alene.

BERGANS MYRE DOWN JAKKE TIL DAME OG HERRE
En varm og komprimerbar jakke i kombinasjon av dun og softshell. Lav vekt og lite pakkvolum gjør den like godt egnet som varmførsterker i sekken, som en lett ytterjakke.

BERGANS SMÅDØL SETT TIL BARN
Et stilig sett bestående av hettejakke og bukse i komfortabel fleecetil kvalitet.

BERGANS BERGFLETTE JAKKE TIL DAME
Ekstremt behagelig jakke i teknisk ullblanding. Jakka har retroinspirerte designelementer. Har forlenget ryggparti og fast hette.

BERGANS BRYGGEN YOUTH TIL JUNIOR
Bryggen er en lun hettejakke laget av myk og behagelig polyesterfleece. Bergans-logo er brodert på brystet.

BERGANS ULRIKEN GENSER TIL HERRE
Tykk ullgenser i myk og behagelig merinoull. Ekstra høy krage med beskyttelsesklauff. Bruk den alene eller som varmførsterkning under en skalljakke.

LUN HETTEJAKKE!
399,-

KOMFORTABEL!
399,-

STILIG SETT!
399,-

TEKNISK ULLBLANDING!
1199,-

VIND- OG VANNAVVISENDE!
1799,-

LITE PAKKEVOLUM!
1999,-

TYKK ULLGENSER!
899,-

Passer de fleste aktiviteter og værforhold!

I behagelig polyesterfleece

Stilig sett!

I teknisk ullblanding

G-SPORT TRIADEN

Tilbudene gjelder fra ??????? til ???????
Triaden Lørenskog Storsenter.
Butikk i plan 2. Tlf. 67 97 64 07

EKTE SPORTSLEDE



Triaden
LØRENSKOG STORSENTER
– Hjertelig tilstede

Åpent 10-21 (9-18) · 2000 gratis P-plasser
81 butikker · tlf. 67 97 83 30 · www.triaden.no
Følg oss også på www.facebook.com/Triaden
og Instagram #triaden

Triaden
LØRENSKOG STORSENTER
– Hjertelig tilstede

Åpent 10-21 (9-18) · 2000 gratis P-plasser
81 butikker · tlf. 67 97 83 30 · www.triaden.no
Følg oss også på www.facebook.com/Triaden
og Instagram #triaden

HVA SKJER?

Her har vi samlet et utdrag av arrangementer i tiden fremover. Vi vil gjerne ha tilsendt tips fra våre lesere, slik at vi kan få en mer omfattende oversikt. Frist for innsending av tips er fredager. Tips oss på: hvaskjer@romeriksposten.no

SKEDSMO

BARNEKOR

TORS DAG 11. SEPTEMBER, LILLESTRØM KIRKE

Korgruppe i Lillestrøm kirkes barnekor for deg som går i 1. – 3. klasse (6 – 8 år). Alle kan bli med, både jenter og gutter. Vi legger vekt på sangglede og godt miljø med et variert utvalg sanger. Det vil også bli litt lek eller annen aktivitet i løpet av øvelsen. I høst skal vi bl.a. være med på å spille inn en ny CD.

MØTE NORSK FOLKEHJELP

TORS DAG 11. SEPTEMBER, RØDE KORS-HUSET, LILLESTRØM

Velkommen til høstens første møte, god servering og hyggelig samvær.

LØRENSKOG

DAMETRIMMEN FRESKIS

ONSDAGER KL. 12:00-12:30 VOLT

6. ETG. LØRENSKOG HUS

Dametrimmen Freskis ønsker kvinner i alle aldre velkommen til trim! Arrangeres av Lørenskog frivilligsentral, Friskis&Svettis og Hammer Turn. Enkel trim som passer for alle. Avholdes i Volt scene i Frivilligsentralen/Aktivitetshuset Volts lokaler.

DE GLADE GÅGUTTER

ONSDAGER KL. 10:00-12:00 LOSBY BESØKSGÅRD

De Glade Gå Gutter er ei gå-gruppe for mannlige pensjonister (opprinnelig). Formålet er å øke deltakernes livskvalitet gjennom bedre helse og sosialt fellesskap. Kvinner som menn ønskes hjertelig velkommen på tur og møtested er parkeringsplassen på Losby. Kaffe og vaffel på Losby kafé etter turen for de som vil.

AEROBIC FOR KVINNER

SØNDAG 14. SEPTEMBER KL. 12.15

Gratis treningstilbud på Aktivitetshuset Volt/Frivilligsentralen. Lørenskog tamilsk sportsklubb v/

instruktør Piriya Sanjeevan tilbyr aerobic for kvinner i alle aldre. Treningen foregår på søndager i tidsrommet 12.15 – 13.30 i 6. etg. Lørenskog hus. Første halvdel består av kondisjonstrening, andre halvdel styrke. Enkle trinn med bruk av strikk og god musikk! Treningen kan tilpasses den enkelte og pausene legger du inn selv.

TREFFPUNKTET ROLVSRUD

TIRSDAGER KL. 14-16, ROLVSRUD

Tirsdager fra kl. 14.00 til 16.00 arrangerer frivillige kafé på Rolsrud sykehjem, møterom 4 i 1. etg. Kaféen serverer nystekte vaffer og kaffe til en billig penge, allsang til piano, høytlesning og annen relevant underholdning. Alle er velkomne uansett alder, kjønn og språk!

Månedens kunstner på Skedsmo bibliotek

Månedens kunstner i september er Kirsten Viola Heiberg.



Kirsten tok sitt første kurs i akvarellmaling i 1993. I perioden 2001-2011 har hun tatt flere kurs i akvarellmaling hos Liv Halvorsen, og tegnekurs hos Dag Vatle. I akrylmaling, har hun tatt kurs hos Bjørn Engkrog fra 2011 fram til i dag.

Kirsten har deltatt på flere sommerkurs med akrylmaling i Sverige med Niklas Eneblom og Geir Yttervik.

Kirsten er medlem av Skedsmo kunsthøring og Lørenskog kunsthøring. Hun er også medlem i Steinbruddets malegruppe og har deltatt på flere elev- og fellesutstillinger.

Utstillingen er i samarbeid med Skedsmo Kunsthøring og kan sees i bibliotekets åpningstid.

- Skal synge så det ljoer

Skedsmo Amatørteater er premiereklare med «Sound of Music». - Vi skal spille, synge og jodle så det ljoer, sier hovedrolleinnehaver Silje Hagrim Dahl.

Tekst: Charlotte Sissener
charlotte@romeriksposten.no

Silje Hagrim Dahl (20) fra Lillestrøm har hovedrollen som Maria von Trapp i Skedsmo Amatørteaters oppsetning «The Sound of Music». Stykket har premiere i Lillestrøm Kultursenter kommende fredag.

- Nervene er på plass, slik de bør være, men det er gode nerver. Jeg liker nervene, de gjør at man jobber litt ekstra fokusert, sier Silje til Romeriksposten.

INTENSIV PERIODE

20-åringen har hatt en travel tid de siste månedene.

- Vi er i rute, men det har vært en intensiv periode. I forrige uke jobbet vi med band og kullisser. Det er veldig spennende. Jeg tror mye vil falle på plass når vi får på kostymer og sminke, sier Lillestrøm-jenta, som fikk sin debut i Skedsmo Amatørteater allerede 11 år gammel. Siden den gang har Silje hatt roller i flere store oppsetninger, deriblant som Sonja i «Reisen til julestjernen».

MARIA OG GEORG

I «Sound of Music» spiller Silje rollen som Maria, som går fra en klostertilværelse til å bli guvernante for den strenge kaptein Georg von Trapps syv barn. Etter hvert oppstår det følelser mellom dem, og de to gifter seg. Musikalen ble satt opp første

gang på Broadway i 1959. Siden er den blitt oppført flere ganger over hele verden. Likevel er det nok filmversjonen fra 1965, med Julie Andrews og Christopher Plummer, som er den mest kjente.

- Jeg så filmen med Julie Andrews mye som liten og sang hele Do-Re-Mi i skolekoret da jeg var 10 år, smiler Silje.

- Jeg var også med i en konsertversjon av «Sound of Music» i Oslo konserthus det samme året. Etter at jeg fikk rollen har jeg bevisst unngått å se på filmen og heller prøvd å skape min egen Maria. Det er jo tross alt jeg, og ikke Julie Andrews, som skal spille den, sier hun.

FANT TONEN

Gaute Ormåsen - kjent fra «Idol» - har rollen som den strenge kaptein Georg von Trapp. Silje forteller at de to raskt fant tonen.

- Jeg kjente han ikke fra før, men han er en omgjengelig type som det er lett å bli kjent med, så jeg følte vi fikk en god tone fra starten. Han synger helt fantastisk og er ikke helt

uromantisk heller, røper hun.

På ett punkt har de imidlertid måttet jobbe litt ekstra.

- Gaute er av natur en rolig og snill person, så vi har jobbet litt med å få han strengere og mer autoritær, smiler Lillestrøm-jenta.

SKAL GI JERNET

Foruten Silje og Gaute medvirker 30 av amatørteaterets skuespillere, både voksne og barn. Til sammen er det satt opp ti forestillinger som skal rulle og gå frem til 21. september.

Silje Hagrim Dahl håper at publikum vil like musikalen.

- Jeg krysser fingre og tær for at den vil bli godt mottatt av både barn og voksne. Aller mest tror jeg kanskje litt eldre har et forhold til «Sound of Music» fra før, og i såfall håper jeg vi klarer å tilfredsstille forventningene. Vi skal ihvertfall gi jernet og spille, synge og jodle så det ljoer, lover Silje.



KLARE FOR PREMIERE: Gaute Ormåsen sammen med Silje Hagrim Dahl (i midten på bakerste rekke) og syv av Skedsmo Amatørteaters barnskuespillere. (Foto: Privat)



KROGHDAGER 30-50%

avslag på ALLE innfatninger

Gjelder innfatningen ved kjøp av komplett brille fra 8. - 13. september.

Krogh Optikk

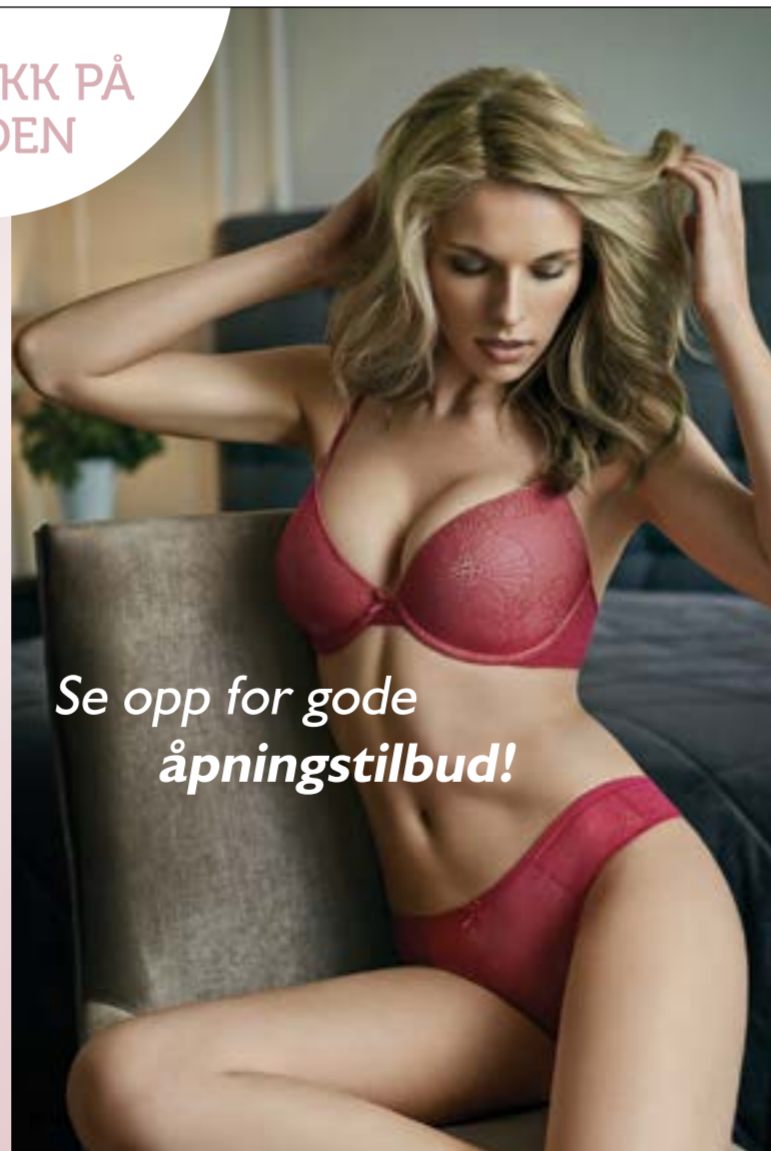
Bestill time til synsundersøkelse på kroghoptikk.no eller ring 800 57644. LØRENSKOG Storsenter

NY BUTIKK PÅ
TRIADEN

GRAND OPENING! TORSDAG 18/9

Change er en spesialforretning med undertøy, badetøy, strømper og nattøy for dame. Vi kan tilby et spennende og bredt sortiment av basis og motevarer, samt spesialprodukter som sportsundertøy, amme bh og mye mer.

CHANGE®



Se opp for gode
åpningstilbud!

Triaden
LØRENSKOG STORSENTER
- Hjertelig tilstede

Åpent 10-21 (9-18) · 2000 gratis P-plasser
81 butikker · tlf. 67 97 83 30 · www.triaden.no
Følg oss også på www.facebook.com/Triaden og Instagram #triaden

Höstmarknad

i Brunskog 13-14 september



Nävgröt och Fläsk Öppet 11-16

Höstbuffé 125 kr • Kaffeservering

Öppet 10.00-16.00
Fri entré och parkering.

Ett hundratal utställare erbjuder en variation av varor t ex grönsaker, hantverk, växter, bröd och loppis.



www.gammelvala.se

Brunskogs Hembygdsförening och Brunskogs Husmodersförening
0570-522 08

Maskinførerkurs 32 t.

Vi avholder teorikurs for anleggsmaskinførere:

Lillestrøm

19. - 21. september

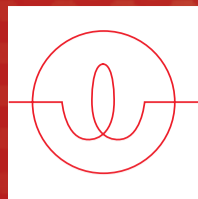
Kurset er obligatorisk for alle som skal kjøre anleggsmaskiner.

Ytterligere opplysninger eller bindende påmelding:

Granlund Kompetansesenter AS Tore Granlund 91 59 17 31

www.granlundkompetanse.no





LAMPEHUSET

**HENGENDE
TAKLAMPER**

Vakre taklamper er prikken
over i'en i ethvert hjem!

30%

Lamper til enhver stil
Stort utvalg
Kjente varemerker

Herstal
REG. TRADE MARK



PHILIPS



NOVA
EXCLUSIVE

STONE FIELD
by S.A.E

FRODE TAKLAMPE

I krom med hvite glass
med sort linjemønster

- Bredde: 70 cm
- Høyde: 120 cm
- E14. Maks 3x40 watt



1399

FØR: 1999 SPAR: 600

1399

FØR: 1999 SPAR: 600



STEPHANIE TAKLAMPE

I krom og krystall

- Høyde: 50 cm
- Diameter: 30,6 cm
- GU10. Maks 3x35 watt

2449

FØR: 3499 SPAR: 1050

CAMELIA TAKLAMPE

I krystall og krom

- Diameter: 40 cm
- E27. Maks 60 watt



**GRIP
SJANSEN!
50%**
på ALLE
lykter til stearin



TRIADEN STORSENTER
METRO SENTER

JESSHEIM STORSENTER
STRØMMEN STORSENTER

www.lampehuset.no