



Unge bybønder

En håndbok for å jobbe med ungdom og urbant landbruk

Om håndboka

I to år har Bydel Gamle Oslo engasjert ungdom for å skape grønnere offentlige byrom gjennom prosjektet Unge bybønder. Dette har gitt bydelen en rekke erfaringer som vi nå ønsker å dele.

Ungdommene har fått prøve seg som bybønder, lært om bier og insekter, pollinering*, frø, bladlus, torv, vannerutiner, dyrkeforhold og ikke minst hva det vil si å være ansatt; eller under kyndig ledelse av bydelsbonden. I denne håndboka oppsummerer vi våre erfaringer, tips og triks.

Vi håper det vil gjøre det litt lettere for andre å gå i gang med å gi ungdom grønn arbeidstrening, forskjellige parker, gater og plasser, og tilby både innbyggere og pollinatorer lokalt dyrket mat.

Hilsen,
bydelsbonde Natalie Keene og
miljøkonsulent for BGO Stina Lindholm

Hvorfor investerer vi tid og ressurser på å dyrke med ungdom i offentlige byrom?

Bydel Gamle Oslo vil:

- Prioritere tiltak som bidrar til at innbyggerne kommer i arbeid i alle tjenestene.
- Legge til rette for aktiviteter som innbyggere vil oppleve som meningsfulle.
- Fremme miljøvennlige og klimasmarte løsninger som gir flere grønne og blå. møteplasser i nabolag, langs gater, parker og byrom.
- Utforske urbant landbruk for å skape inkluderende møteplasser.
- Ha en aktiv tilstedeværelse i byrom og bygge tillit til innbyggerne.

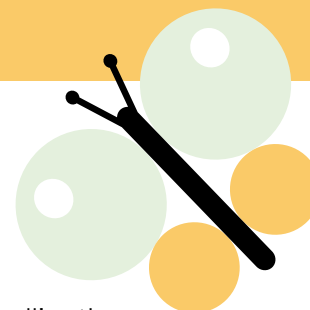


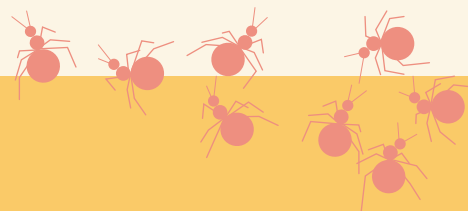
* **Pollinering** (bestøvning) er en overføring av pollen mellom blomster på en eller flere planter, slik at frukt og frø kan utvikles. Transporten av pollen kan skje med vind, vann eller med dyr.



I nordlige økosystem er insekter de eneste dyrene som utfører pollinering. Pollinering er både med på å opprettholde ville plantesamfunn og en viktig faktor i produksjonen av mat.

Hele 75 % av avlingene i verden er insektspollinert! Cirka 2000 arter av insekter i Norge besøker blomster og kan derfor pollinere. De mest kjente pollinatorene er humler og bier, men også mygg, biller, møll, fluer, veps, sommerfugler og maur er viktige pollinatorer.





Håndboka inneholder:

- | | |
|--|---------|
| 1 Introduksjon | side 4 |
| 2 Organisering og rigg | side 7 |
| 3 Hvor har vi jobbet, og hva har vi gjort de siste to årene? | side 16 |
| 4 Grunnleggende jobbtrening | side 28 |
| 5 Ferdigheter og oppgaver: hvordan inspirere og få eierskap? | side 29 |
| 6 Korte tips til å gjøre ditt dyrkingprosjekt mer bærekraftig | side 35 |
| 7 Heftige fakta for å vekke ungdommers nysgjerrighet | side 37 |
| 8 Hva kan man gjøre på en regnværsdag? | side 42 |



1 Introduksjon

Hvorfor?

Håndboka veileder prosjektarbeidere som vil tilrettelegge for grønn arbeidstrening for ungdom som er ansatt til å jobbe med urban dyrking og vedlikehold av parker og plasser.

Hvordan?

Håndboka inneholder praktiske verktøy og innovative pedagogiske metoder for opplæring av ungdom i felt, fra hage- og nærmiljøarbeid til mellommenneskelig kommunikasjon, teamarbeid, ledelse og planlegging.

Hvem er denne håndboka for?

Dette er en håndbok for deg og dere som ønsker å skape grønne jobber for ungdom. I tillegg håper vi at håndboka er nyttig for arbeidsledere som skal jobbe med de unge bybøndene våre i framtiden.

Hvem finansierte Unge bybønder-prosjektet?

Arbeidet som unge bybønder har gjort og lønnen til bydelsbonde, ble frem til 2022 finansiert av Bilfritt byliv-programmet. I 2022 ble prosjektet en del av Områdeløft Grønland og Tøyen. Hvert år blir lønnen til ungdommene dekket av UngJobb satsingen som du kan lese mer om på side 11.

Andrea Huemer med squash og Soraya Esther Niyonzima – unge bybønder 2021.



Ungdomserfaring – Ikram M'rabet

Ikram fikk sommerjobb hos Unge Bybønder i Bydel Gamle Oslo i 2020. Denne erfaringen førte til at hun i 2021 fikk jobb som assisterende gruppeleder for ungdom i alderen 13–16 år.

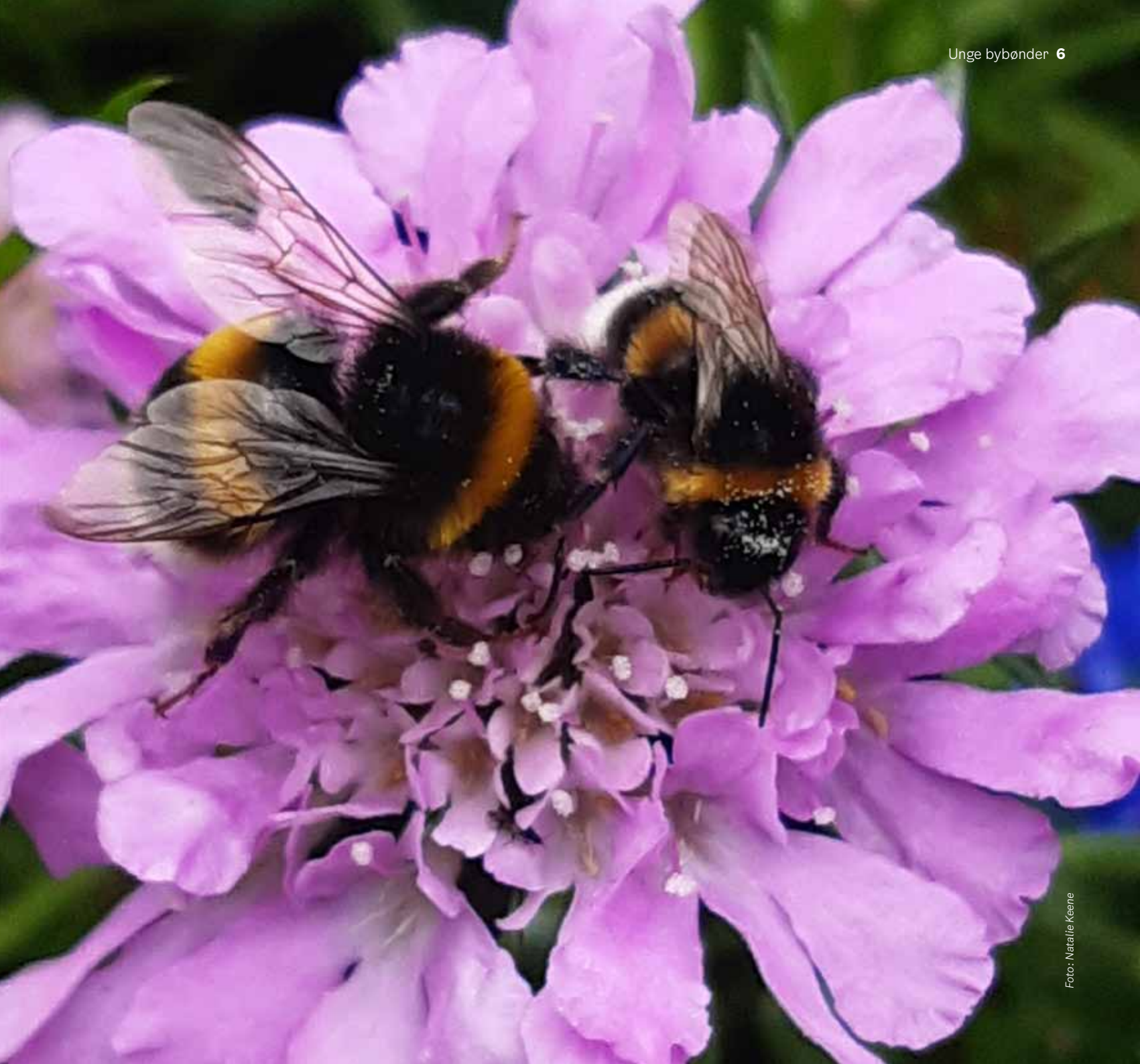
«Det jeg syntes var gøy i sommerjobben, var at jeg lærte noe nytt hver dag. Det var gøy å lære om dyrking og planting. Jeg trodde dyrking og planting var bare å putte frø og jord også ferdig, men lærte at det er mye mer enn det. Det var veldig interessant og spennende, noe jeg ikke forventet. Det som var mindre bra var at noen ganger når vi prøvde å gjøre det fint i bydelen så er det noen folk der ute som ødelegger det vi har gjort.

Når jeg var assistent så var det veldig gøy fordi jeg følte at jeg tok med meg erfaringer fra sommerjobben og delte dette med ungdommene, som for eksempel hvordan man luker ordentlig eller hvordan man fikser på bedene ordentlig. Det var litt utfordringer når ungdommene ikke ville gjøre noen ting eller ikke høre på beskjeder med engang. Man måtte bruke masse energi på gjentagelser. Men alt i alt så er dette en lærerik jobb. Man tar med seg dette og prøver andre metoder som kan fungere bra på ungdommer.

Jeg syntes at alt det jeg har gått gjennom var veldig gøy og lærerikt og noe jeg kommer til å ta med meg videre som erfaring og kunnskap ❤️»

Ikram M'rabet lager et skilt i Gartnerløkka.



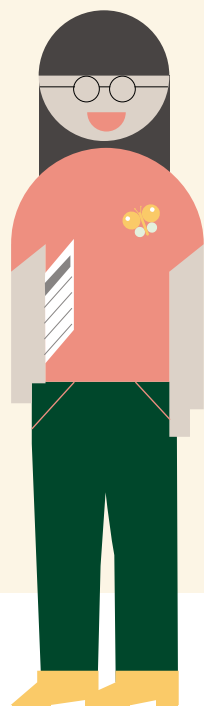


2 Organisering og rigg

Roller - hvem gjør hva?



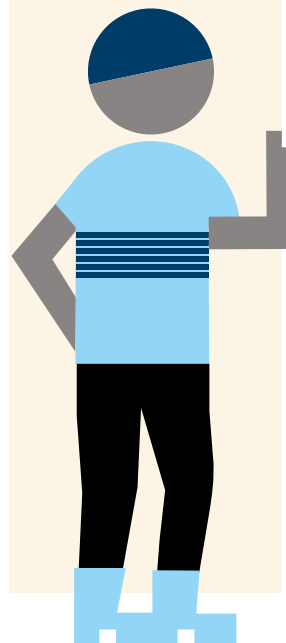
Arbeidsledere



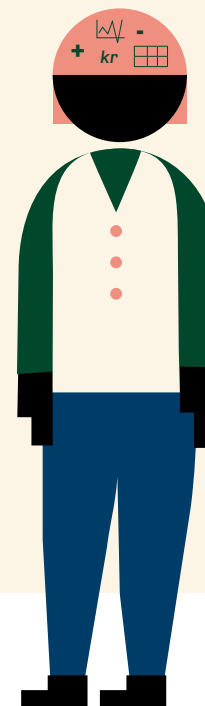
Bydelsbonde

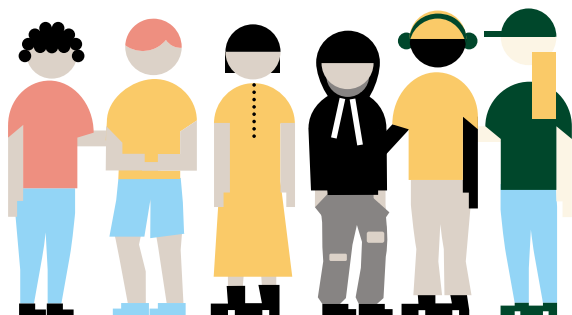


UngJobb-
koordinator



Prosjektleder





Ungdomsgrupper

Unge bybønder har hver sommer bestått av fire grupper med ungdommer, med to grupper på jobb samtidig. Hver gruppe består av seks ungdommer i aldersgruppen 16–20 år. I Bydel Gamle Oslo består en sommerjobb av 80 timer, fordelt på fire uker. Ungdommene jobber fem timer om dagen, fire dager i uka. Det er felles 0,5 t lunsjpause hver dag.

*«Jobben har vært fantastisk.
Gruppene ble mer som
venner mot slutten.»*

Mansur, 17 år

80 timer – 4 uker – 4 dager i uka – 5 timer om dagen



Arbeidsledere

– trygge voksne som følger og veileder en gruppe ungdommer, de er alltid med dem ut på oppdrag. Arbeidslederne har ansvar for timelister, deltakelse og teammøter, samt trygghet og trivsel.

Hver morgen møter arbeidslederne bydelsbonden for å planlegge dagens innhold før ungdommene kommer på jobb.

Arbeidslederne implementerer også beredskapsplanen og har alltid med seg førstehjelpsutstyr.

«Hvert år ansetter vi mange ungdommer som gjør virkelig positive endringer i de offentlige rom i byen vår. De ser nabolagene sine med andre øyne etter en sommer hos oss, og dette fører til at de blir mer aktive borgere. Dette er jeg veldig stolt av men jeg må innrømme at det ikke er lett. Disse ungdommene starter fra bunnen av, og jeg må være full av energi hele tiden for å engasjere og motivere dem.»

Natalie Keene, bydelsbonde



Bydelsbonde

– ansvarlig for grøntfaglig kompetanse*, pedagogisk tilnærming til gruppene, planlegging, innkjøp, kontakt med parkforvalter i bydelen, tett samarbeid med prosjektleder og UngJobb koordinator.

Bydelsbonden lager daglig og ukentlig plan for gjennomføring.

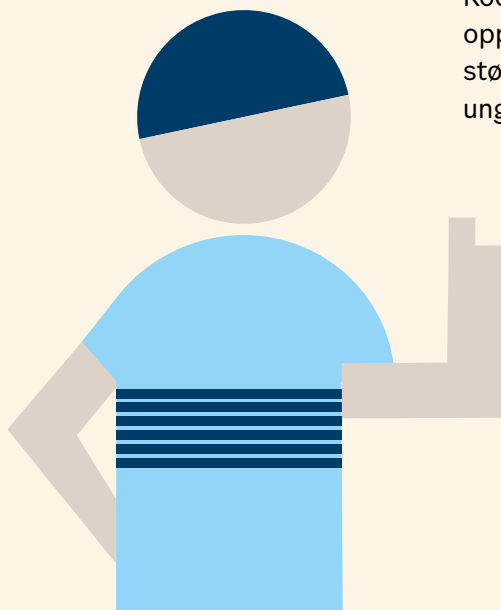
* Obs! Det er essensielt at bydelsbonde har kvalifikasjoner og erfaring som gartner, agroøkolog, agronom, økologisk landbruk, eller lignende for å lykkes i jobben.

«Unge bybønder er en ideell sommerjobb for unge, fordi den kombinerer praktiske arbeidsoppgaver med læring og kunnskapsheving. Ungdommene blir kjent med bydelen sin på en ny måte, og etter sommerjobben kan de vise til konkrete ting de har lært og skapt. Vi ser at ungdommene er stolte av å bidra til positive endringer i nærmiljøer og håper det bidrar til økt eierskap og tilhørighet i egen bydel.»

UngJobb-koordinator

UngJobb*-koordinator

– tar imot jobbsøknader, gjennomfører intervjuer, allokterer ungdom til arbeidsgrupper.



Koordinatoren følger opp lønn og eventuelle større utfordringer ungdommene opplever.

* BGO sitt UngJobb program

UngJobb organiserer deltids- og sommerjobb for unge mellom 13–23 år i Bydel Gamle Oslo. Bydelen står for ansettelse, oppfølging og lønn, og samarbeider med ulike aktører for å skape jobber og meningsfylte oppgaver.

UngJobb ansetter også arbeidsledere og assistenter, samt har tilgjengelig utstyr som arbeidsklær og verktøy. Bydelen bistår gruppene med lokaler til oppbevaring av utstyr, teammøter for arbeidsgruppene og lunsjpauser.

Ungdom jobber både utplassert på ordinære arbeidsplasser, og i arbeidsgrupper som Unge bybønder. På forhånd blir alle intervjuet for å få til en best mulig match mellom ungdom og arbeidsplass.



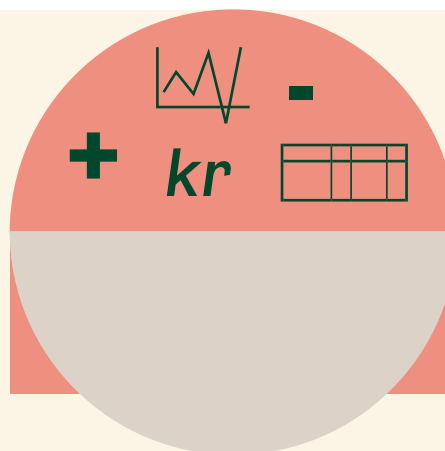
«Det har vært veldig inspirerende å observere dette prosjektet utvikle seg og skape både grønn arbeidstrening, triveligere nabolag og viktige foregangsområder for urban dyrking. Hvert år har jeg sett både ungdommer og frø blomstre i møte med bydelsbonden. Å investere i en fulltidsansatt som kan følge opp fra A til Å har den viktigste suksessfaktoren for prosjektet.»

Stina Lindholm, prosjektleder

Prosjektleder

– initiativtager og ansvarlig for overordnede mål, strategi og budsjett.

Prosjektlederen setter mål for prosjektet og følger opp ved behov i samarbeid med bydelsbonden.



Arbeidsoppgaver for ungdommer

De siste to årene har unge bybønder jobbet med diverse oppgaver i Bydel Gamle Oslos offentlige rom;

- › lusing og vanning
- › etablering og design av bed og kjøkkenhager
- › utforming og oppsetting av skilt for å kommunisere med publikum
- › frøsåing (forkultivasjon og direkte såing)
- › planting diverse planter, stort sett nyttige planter
- › etablering av eng
- › insekthotelldesign og bygging
- › pop-up kafét
- › vertskap for politikere
- › kompostering og jordforbedring
- › samarbeid med lokale nøkkelaktører
- › undersøkelser av parkbruk
- › enkel beskjæring av busker og trær
- › bruk av elverktøy til parkvedlikehold

Ungdommene gjorde også enkle oppgaver knyttet til renhold og renovasjon, men dette ble holdt til et minimum, da det var ønskelig å tilrettelegge for så meningsfylte aktiviteter som mulig.



Aurora Jevanord på befaring på Kirkeby andelsgård, Maridalen.

«Det jeg likte best var å jobbe ute med noe fysisk og at det var varierte oppgaver på forskjellige steder. Det har vært lærerikt.»

Aurora, 18 år

Fysiske lokasjoner og transport

Teamet trenger et sted å samles om morgenen, ta lunsj, gå på do og avholde møter på slutten av dagen. Siden arbeidsdagen er kun på fem timer for å være tilpasset ungdommene, er det viktig at verktøy og materialer er lett tilgjengelige.

Den åpne barnehagen i Familiehuset på Grønland, var sommerstengt og kunne derfor bli et nært og fleksibelt samlingssted for bydelsbøndene i prosjektet. Noen ganger var arbeidsplasser og steder for befaringer relativt langt unna.

UngJobb programmet ga Ruter-billetter til ungdommene som ikke hadde periodebillett allerede. I tillegg kunne vi låne elsykler til arbeidsledere og bydelsbonden, og bruke en el-lastesykkle til å frakte utstyr, jord, osv.

Trygghet på jobb

Alle ungdommer har rett til å føle seg trygge på jobb. Sikkerhetsutfordringer og tiltak må kontinuerlig vurderes av voksne profesjonelle.

Alle arbeidsledere bør som minimum ha førstehjelp- og konfliktløsningsferdigheter. ROS-analyse og beredskapsplan må utarbeides, implementeres og oppdateres i felleskap og kritiske hendelser må loggføres.

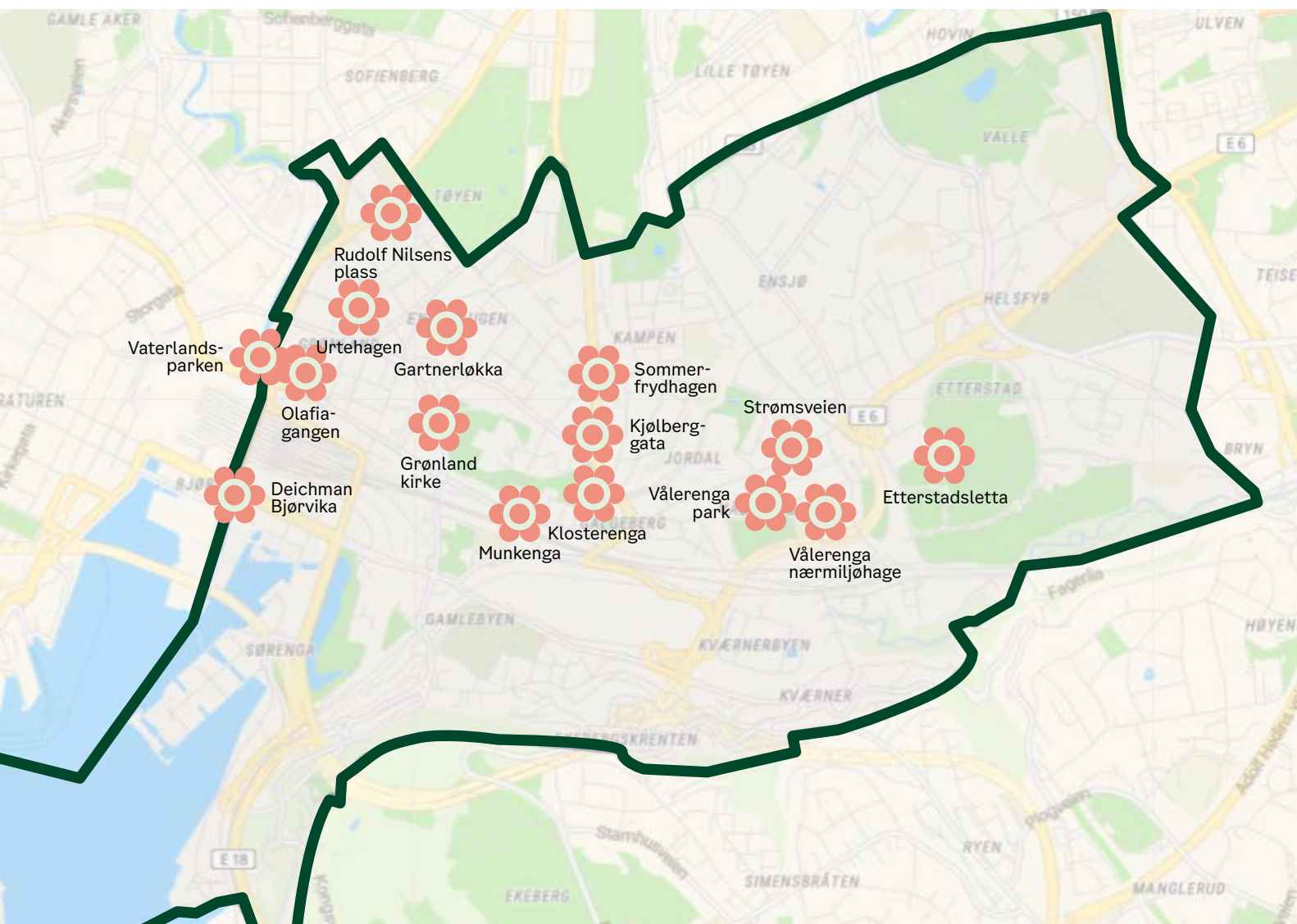
I mange av våre byrom er det utfordringer knyttet til kriminalitet og rus. Vi ønsker ikke at ungdommene skal håndtere situasjoner med rus eller konflikter på egen hånd. Derfor er det viktig å ha snakket med ungdommene om hva en skal gjøre i slike situasjoner før de eventuelt måtte oppstå.

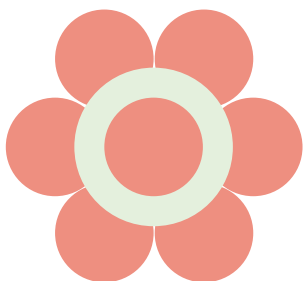
Sammen med dem har vi diskutert hva de skal gjøre, for eksempel trekke seg unna om noen begynner å slåss, hente arbeidsleder om noen kommer med ubehagelige kommentarer, hvordan de skal forholde seg til sprøyter og annet farlig avfall de kan finne slik at de ikke forsøker håndtere situasjonen på egenhånd. Her må ungdommene forstå forskjellen av å oppholde seg i disse byrommene når de er på jobb, og når de er der på fritiden.

Hver dag bør avsluttes med å snakke gjennom spesielle/rare/ubehagelige eller fine øyeblikk fra dagen.



3 Hvor har vi jobbet og hva har vi gjort de siste to årene?

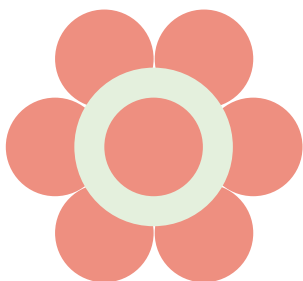




Vaterlandsparken

Erfaringene fra det første prosjektet med urban dyrking på Vaterland er utgangspunktet for hvordan bydelen har arbeidet videre med Unge bydelsbønder. Disse erfaringene fra «Sommer på Vaterland» er sammenstilt i denne rapporten, skrevet av Rodeo Arkitekter på vegne av Bymiljøetaten.





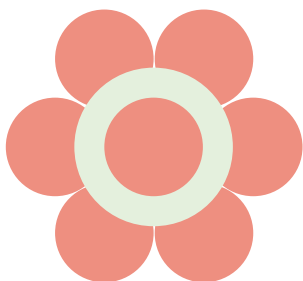
Chadia Talhioui, en av de arbeids-
lederne for prosjektet i 2020.

Gartnerløkka, Tøyen

Unge bybønder etablerte her flere ulike bed, med skilt som beskriver hva forbipasserende kan høste og når. Vi samarbeidet med organisasjonen Safir Oslo (Røde kors) som holder til i huset i parken, slik at de hjalp til med vanning her.

Ungdommene koordinerte samarbeidet med Safir selv. To av de unge bybøndene ble med i prosjektstyret til Gartnerløkka oppgradering.

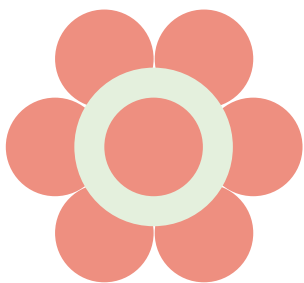




Sommerfrydhagen, Rudolf Nilsens plass, Munkenga og Klosterenga

Her tok ungdommene over ansvaret for eksisterende dyrkingskasser ved å male dem, plante ut stauder og ettårige grønnsaker, vanne, luke og tilby avlinger til naboer.



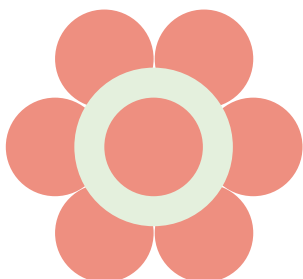


Urtehagen

Ungdommene malte og fikset gamle plantekasser, plantet ut blomster og urter i samarbeid med naboer, klippet gresset mellom kassene og vannet/luket gjennom sesongen.

De arrangerte også pop up-kafé med urtete høstet fra kassene og malte fotavtrykk på asfalten, for å få flere til å bruke avfallsbeholderne.

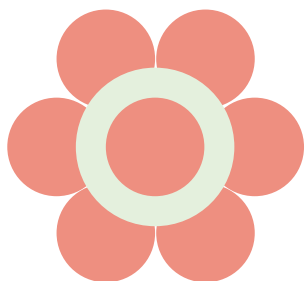




Strømsveien

Ungdommene designet flere grønnsaksbed og gjennomførte beskjæring av trær og busker.

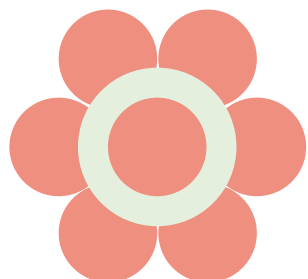




Deichman Bjørvika

I forbindelse med Bykubens sitt prosjekt for å etablere mildertidige lommeskog utenfor Deichman Bjørvika ble unge bybønder inviteret inn til et samarbeid. Her plantet de ut lokale, spiselige, ville vekster mellom trærne.

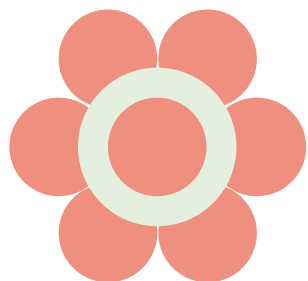




Vålerenga park

En gruppe ungdommer bygget en midlertidig kjøkkenhage der Vålerenga nærmiljøhage skal bygges, for å aktivisere plassen mens byggesøknad ble behandlet. Ved innhøsting fikk naboene glede av rødbeter, poteter, søtpoteter, reddiker, grønnkål, squash og gulerøtter.





Etablering av blomstereng: Etterstadsletta og Vålerenga park

På disse to stedene plantet unge bybønder engplanter og sådde engfrø, og satt opp et enkelt gjerde rundt slik at ikke gresset og blomster ble klippet.

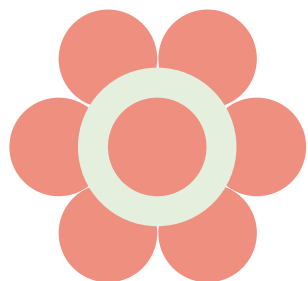
De designet og bygget også et eget insektshotell som ble montert i Vålerenga park.



Foto: Natalie Keene



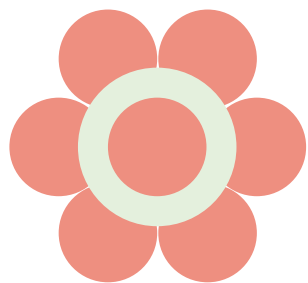
Foto: Natalie Keene



Kjølberggata

Her fant ungdommene en glemt veistrekning med ugress som ble omgjort til blomsterbed til glede for forbipasserende.

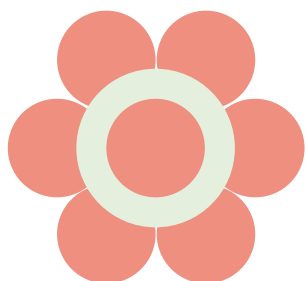




Samarbeid med Grønland kirke

Tre små grønnsaksbed ble plantet ut med potet, kål og gulrot. Disse ble høstet av diakonen som laget suppe til deltakere der.





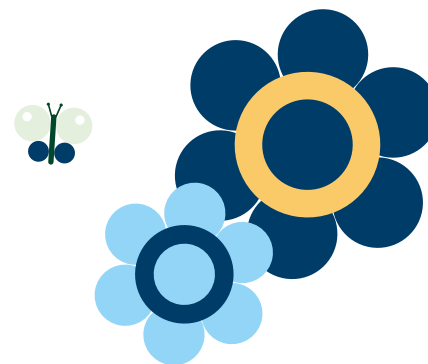
Olafiagangen

Ungdommene plantet ut hundrevis av planter under brua på Grønland, for å bidra med trivsel og hygge inn i Områdeløft-prosjektet SuperGrønland, et aktivitetstilbud for barn og unge i Olafiagangen.



4 Grunnleggende jobbtrening

For mange av våre ungdommer er dette den første introduksjonen til arbeidslivet. Det er viktig å ha empati med deres utfordringer med å finne arbeid og feire de positive følelsene knyttet til å være ansatt i sommerjobb. Samtidig anbefaler vi å ikke undervurdere hvor mye tid som må brukes til å legge til rette for grunnleggende jobbtrening. Vi fokuserer på disse fire temaene:



► Rettigheter og plikter

Ungdommene gjennomgår et kurs med koordinatoren før oppstart der de blir informert om sine rettigheter og plikter i arbeidslivet. På kurset brukes gruppediskusjon og quiz til å bevisstgjøre ungdommene om egne forventninger, og arbeidsplassens forventninger til dem. I tillegg skrives arbeidskontrakt, og ungdommene lærer hvordan de skal føre timelister og bestille frikort.

► HMS

HMS-tiltak og beredskapsplan må gjennomgå regelmessig, for å sikre at alle fysiske arbeid er gjennomført på en trygg måte, både for ungdommene og forbipasserende.

► Observasjon

Etablere og implementere daglige rutiner knyttet til punktlighet, pauser, timelister, høflighet og arbeidskultur.

Hvordan kan ungdommer komme forberedte til jobben? Oppfordre de til å sjekke været og kle seg etter forholdene, og å stille spørsmål om planlagte oppgaver, mål, frister, osv.

► Arbeidslivsmestring

Oppfordre ungdommer til å bli engasjerte i jobben ved å ta imot deres forslag. La dem så langt det er mulig få utforske ideer til tiltak.

5 Ferdigheter og oppgaver: hvordan inspirere og få eierskap?

Ferdighet: Teoretisk kunnskap og inspirasjon

Hva	Hvorfor	Hvordan
Befaringer og aktiviteter om: - jord - frø - utplanting - vanning - klimaendringer - biologisk mangfold - blomstereng - pollinatorer - kompostering - mikrolivet i jorda	Eierskap til arbeidsoppgaver, inspirasjon til videre karriere- og utdanningsmuligheter, tilgjengeliggjøre arbeidslivet, se sammenhenger: lokale, globale	Dra på befaring til ulike eksperter, bedrifter og kompetansemiljø på urbant landbruk og byutvikling. Vi dro til disse stedene: - Oslokompost, Grefsen - Kirkeby andelsgård, Maridalen - Tveten andelsgård, Tveita - Losæter, Bjørvika - Oslo fjordhage, Sukkerbiten - Kampen økologiske barnebondegård - Botanisk hage - Klimahuset - Miljøsender i Sofienbergparken - Bygdøy Kongsgård, inkl. fjøset og gartneriet Besøk av fagpersoner – <i>pop-up gjester</i> (les mer om det på neste side)

En pop-up gjest – Byplanlegger Maja Bakkehaug

For å innvie ungdommene i hva en byplanlegger jobber med, hadde de en befaring med en student fra by- og regionplanlegging ved NMBU, som hadde sommerjobb med å kartlegge snarveier i Bydel Gamle Oslo.

Ungdommene møtte opp i en park ved Akerselva, hvor de fikk høre litt om hva byplanlegging er og kan være, og snakket om planlegging i lys av det man kunne se i og rundt parken. De snakket også om snarveiprosjektet og hensikten bak det – å gjøre byen bedre for gående. Deretter fikk ungdommene utdelt tusj og kart over bydelen hvor de kunne markere snarveier de bruker, f.eks. langs skoleveien sin. De tegnet inn snarveier som «alle» bruker, og snarveier de av ulike grunner helst ville unngå.

Ungdom bruker og går opp mange snarveier, og dette var en fin måte for dem å få et mer bevisst forhold både til hvordan byen er planlagt og til hvordan de selv bruker byen og beveger seg i den.

Her har ungdommen tegnet inn snarveier i offentlige og private rom: på tvers av gangstiene i Vålerenga Parken, og gjennom private bakgårder.



Her er det markert snarveier gjennom park- og friområder, og ved jernbaneundergangen ved Harald Hårdrådes plass. Ungdommen som markerte her sa at hun ikke likte å gå her, men gjorde det likevel daglig fordi det sparte henne mye tid.



Ferdighet: Teamwork og teambuilding

Hva	Hvorfor	Hvordan
Hyppige møter, tilpasset oppgaver, samarbeid med andre grupper og organisasjoner	Forbedre kommunikasjon. Dele visjoner og forventninger. Jevnlige sjekk-inn møter skaper empati ikke bare for hvert medlem av gruppen, men også for teamlederne og bydelsbonden. Vi håper dette bidrar til følelsen av omtanke for en godt utført jobb for noen og økt motivasjon for de som kanskje ikke bidrar så mye til arbeidet ennå. Dette er også en introduksjon til hvordan det er å ha kollegaer og hva som forventes av dem i møte med hverandre. Samarbeid med lokale aktører hjelper de å få en bedre forståelse og tilknytning til aktørene i sitt nabolag og lokale organisasjoner. Det hjelper også ungdommene til å få en bedre forståelse for hva det vil si å være på jobb, og hva som forventes av dem i møte med eksterne aktører.	Morgenmøte: Hold møter hver morgen og inviter unge til å komme med forslag om hva som må gjøres på bestemte steder. Du vil bli overrasket over hvor fort de vil ta eierskap til steder de allerede har vært på og selv lage oppgaveliste. Morgenmøter inkluderer også en sjekk-inn som gjennomføres for å høre fra alle hvordan de har det, for eksempel energinivået deres, fikk de nok søvn, er de spente, engstelige eller misfornøyde med dagen som kommer. Slutten av dagen møte: her får alle unge bybønder muligheten til å fortelle og notere det de fikk gjort den dagen og og eventuelle tilbakemeldinger fra forbipasserende eller beboere i bydelen. Slutten av uka møte: «Rose/torn/knopp»-aktivitet. Hver enkelt person på møtet har mulighet til å si noe som var bra om den uken (rose), noe som ikke var så bra eller som kan forbedres (torn) og noe de gleder seg til (knopp). Disse kan noteres av bydelsbonden eller teamledere for å bruk som en slags evaluering eller tilbakemeldinger for forbedring av planlegging og aktiviteter. Samarbeid: Finn lokale samarbeidspartnere. Når ungdommene må presentere prosjektet for potensielle partnere må de også «eie» det i større grad. La gjerne ungdom ha direkte kontakt med dem for å identifisere hvordan de kan jobbe sammen. For eksempel, kan ungdom etablere et bed eller dyrkingskasse mens samarbeidspartner vanner regelmessig? Minne ungdom på å opprettholde forholdet med regelmessig kontakt. Ta utgangspunkt i noe ungdommene allerede har kunnskap om og lag en gruppeoppgave de selv kan gjennomføre. For eksempel bygge insekts-hotell, planlegge pop-up kafé, designe plassering av planter i bed*

*se mer i kapitelet «Hva kan man gjøre på en regnværsdag» side 42.

Ferdighet: Observasjon

Hva	Hvorfor	Hvordan
Biologisk mangfold i byen, sanking av ville vekster og frø, utvikling av offentlige byrom.	Plante- og økologikunnskap, fremme kunnskap om byutvikling og nærmiljø-medvirkning, skape eierskap.	Snakk om og se på blomster, trær, planter, busker mens man beveger seg i byen. Stoppe opp ofte og trene «øyet» til å se det grønne. Få ungdommene til å observere de som bruker parken. Hva gjør de? Når endrer de adferd? Gjøre enkle intervjuer og gjennomføre en enkel undersøkelse hver uke samtidig som ser på hva folk gjør i parken og hvem disse parkbrukerne er. Site-check: etter at de har ferdigstilt arbeidet på et sted inviteres de unge bybøndene til å gjennomføre en site-check som består av: Dobbeltsjekke at de har alle verktøy og at de ikke har lagt igjen noe på bakken, se over (og beundre!) jobben de har gjort, reflektere rundt hvordan det har blitt og hva de eventuelt vil gjøre neste gang de kommer.

«Nå ser jeg bydelen fra et grønt perspektiv ikke bare som enkelte bygninger og veier.»

Agnes, 18 år

Ferdighet: Grunnleggende grøntfaglig kompetanse

Hva	Hvorfor	Hvordan
Kompostering, frø og såing, planting, design av bed, bruk av håndholdt og elektriske verktøy.	Myndiggjøring.	Ha en plan over hvordan dere kan introdusere, demonstrere og utføre i praksis de ulike grunnleggende ferdigheter. Teoretisk introduksjon er en liten del av hvordan ungdommene faktisk lærer å utføre dette. For å oppnå praktisk forståelse er det viktig å bruke humor, skape et trygt og avslappet læringsmiljø og øve seg igjen og igjen på de samme tingene. Dette gjelder på alt fra å bruke drill, til å plante ulike planter med ulike behov. Noen trenger ekstra oppmuntring for å tørre og prøve nye ting, mens andre må veiledes slik at de arbeider på en trygg måte. Vær ekstra oppmerksom på forskjell mellom jenter og gutter, slik at alle får gjennomført de samme oppgavene på en trygg måte. Et eksempel er jenter som ikke vil prøve elverktøy mens hele gruppa var der, mens mange gutter blir «overivrige» og «overmodige» i nærvær av hverandre. En løsning er å dele opp i en egen jentegruppe, slik at de kan prøve seg på egenhånd og bli trygge, og jobbe individuelt med sikkerhetsopplæring for guttene. Deretter er det mulig å gå tilbake for å jobbe i par, uavhengig av kjønn. Her er det også viktig å minne ungdommene på at de har et ansvar for å oppmuntre hverandre og støtte sine kollegaer. Gi ungdommene eierskap over for eksempel forkultivasjon etter frøsåing og be de om å opprette en vanningsplan slik at et team har ansvar for små planter før de plantes ut. Vent med å gjennomføre design av bed til de har tatt seg tid til å observere parken og undersøke blant naboer og parkbesøkende. Ferdighetsbevis: For å dokumentere ungdommenes kompetanse og ferdigheter etter fire uker sommerjobb laget vi et eget ferdighetsbevis, basert på hva den gruppa hadde gjort. Ferdighetsbevisene ble delt ut av byråd for miljø og samferdsel, Lan Marie Berg. Dette er et viktig dokument for å søke andre grønne jobber i fremtiden.

Tre unge bybønder på befaring i Sofienbergparken, 2020



Foto: Natalie Keene



Foto: Benjamin Farnham

Bydelsbonde Natalie Keene sammen med byråd for miljø og samferdsel Lan Marie Berg.



6 Korte tips til å gjøre ditt dyrkingsprosjekt mer bærekraftig

Når vi dyrker noe må vi ha et bevisst forhold til både metode, jord og vann, og at det vi gjør bidrar til mindre klimagassutslipp. Det blir tydeligere og tydeligere at vi må spare vann, bytte til økologisk dyrkemetoder og unngå å dyrke i torv.*

Jordsekker som kjøpes på vanlige hagesenter inneholder som oftest torv. Torv omdannes til metan og CO₂ i prosessene med utvinning og bruk. Dette kan vi unngå ved å bruke torvfri jord til dyrking. Vi anbefaler Oslo Kompst på det sterkeste som kilde til god jord og kompost.

Kompost er til jordforbedring, og dekker ikke behovet for næring for plantene dine. Til det trenger du gjødsel. Unngå kunstgjødsel og velg økologisk gjødsel som er basert på tang og tare, fisk og bein, hønsegjødsel eller lignende. Dette er vanligvis tilgjengelig på hagesentere.

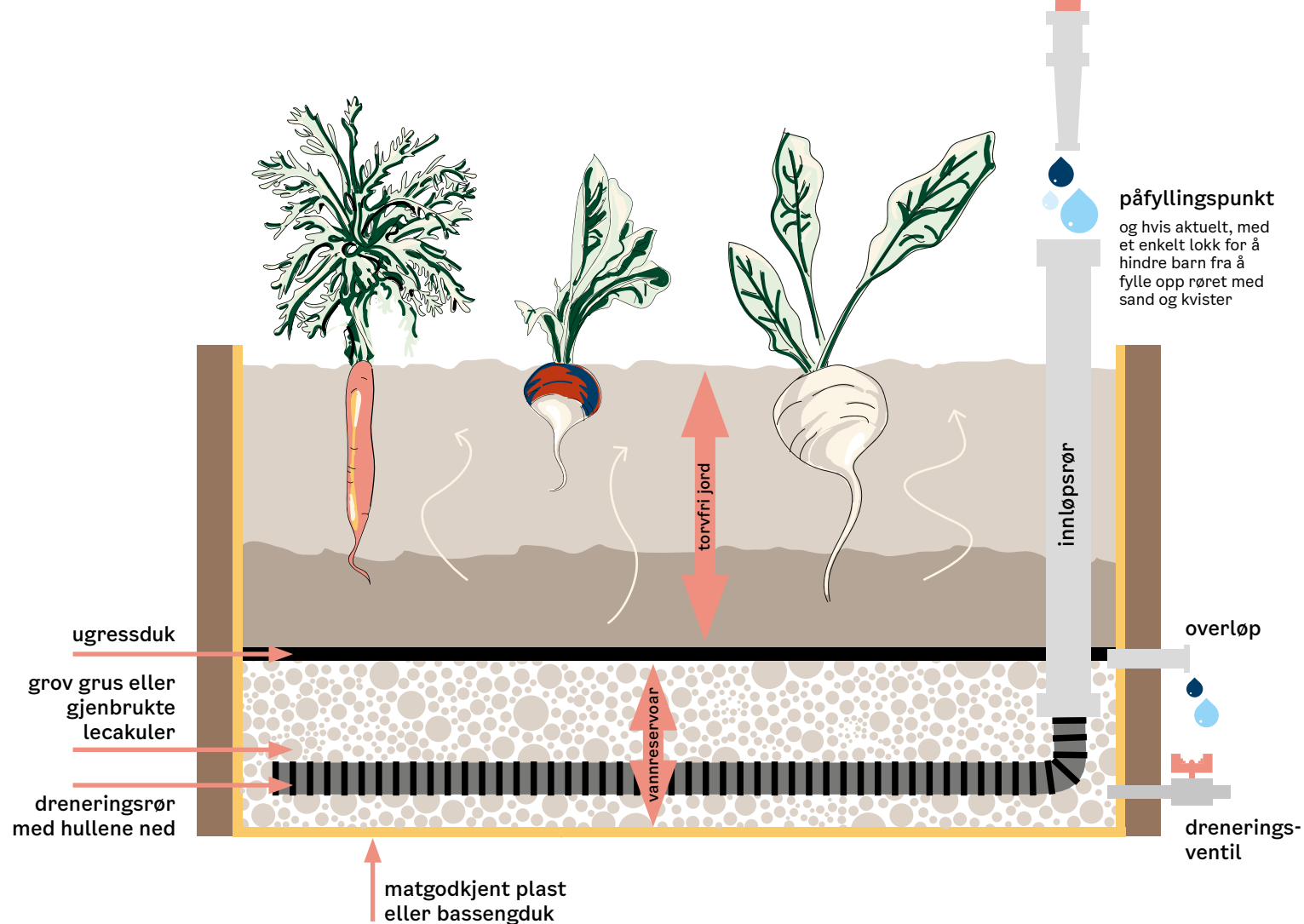
I Bydel Gamle Oslo tester vi ut bruk av selvvanningskasser med en design som kommer fra Australia – «*wicking beds*». Wicking beds er basert på prinsippet om kapillær bevegelse av vann i jord. Man vannet ikke over jorda. Vannet helles inn i røret til reservoaret i bunnen av kassen. Når plantene og jorda er etablert, suges vannet opp fra reservoaret av jorda til røttene. Vi snekrer disse selvvanningskassene i stedet for å bruke de mer vanlige pallekarmene. Planter som vokser i pallerkarmer må vannes oftere enn de i bakken. Vanning tar tid, og mye overflatevann fordampes og går til spille. Med en selvvanningdyrkingskasse kaster du bort mye mindre tid og vann.

Det finnes mye informasjon og råd om ikke bare *wicking beds* på nettet, men også om kompost og jordforbedring og andre tilnærminger som har fokus på miljø.

*Spirende Oslo, Strategi for Urbant Landbruk 2019-2030 og Dyrk byer og Tettsteder, Nasjonal strategi for urbant landbruk

Selvvanningskasse

(«wicking bed»)



7 Heftige fakta for å vekke ungdommers nysgjerrighet

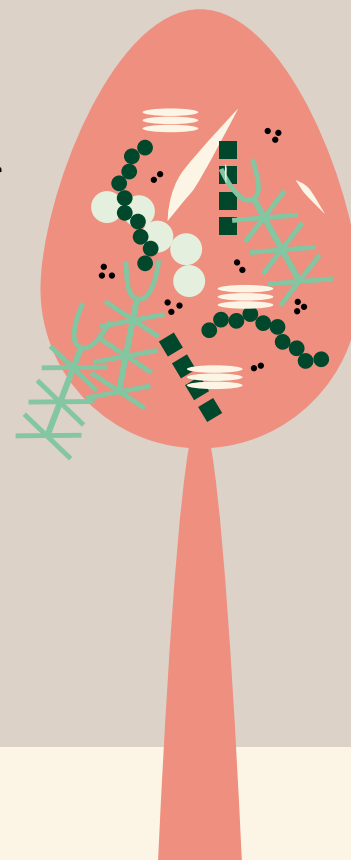


Landbruket forårsaker rundt en fjerdedel av klimagassene og er en stor bidragsyter til klimaendringer og forurensing. Alt vi gjør er viktig for å påvirke klimaendringene positivt, og det er derfor vi for eksempel driver med økologisk dyrking og bruker torvfri jord.

Mikroliv i jorda

En teskje sunn jord kan inneholde flere levende organismer enn det er mennesker i verden!

De fleste av disse jobber ved siden av soppmysel og alger i jorda, for å gjøre næringsstoffer tilgjengelig for planter for at de skal vokse seg sterke.



Frø er fantastiske



Det minste frøet vi sår i Oslo er myntefrøet, som er omtrent samme størrelsen som et punktumstegn på denne siden her. Det største frøet i verden er en kokosnøtt. Det rareste frøet vi sår i hagebedene våre er sannsynligvis ringblomst.



Ringblomst med kronblader, noen med ferdige frø.



Ringblomstfrø.



Hvor kommer grønnsaker og frukt egentlig fra?

Stort sett kommer frukt og grønnsaker som vi spiser fra blomster som enten kryssbestøver eller bestøver selv. Hvis man ser på en blomst på en jordbærplante, vil man se en «baby»-jordbær som venter på at insekter kommer for å bestøve den. Det finnes to typer blomster på en squashplante; en gir pollen og har en vanlig stilk, og den andre blomsten tar imot pollen for at «baby»-squashen kan utvikle seg, altså den blir pollinert/bestøvet. Det er spennende å se en baby-squash på en squashplante under en blomst, mens den venter på bestøvning.



En baby gulsquash under en blomst ved åpningen. Det finnes mange ulike farger og sorter av squash!

Gresskarblomst som her pollineres av en veps.

Historien om bladlus, maur og marihøner – skadedyr og nyttedyr

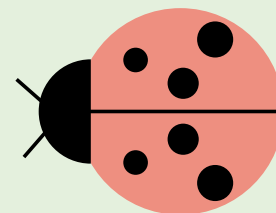
Bladlus er et skadedyr som elsker noen av plantene vi dyrker, for eksempel chili- og paprikaplanter, mangold/bladbetar og rødbeterblader, salater, og til og med store svarthyllbusker. Der det er en, er det hundrevis! Dette er fordi de ikke har tid til å vente på at egg skal utvikle seg og klekkes. Bladlus føder levende unger og er i tillegg i stand til jomfrufødsler. Nesten som russiske «Babushka»-dukker som er hule med mindre versjoner inni kan en hunnbladlus bære utviklede unger, som selv allerede bærer utviklede unger.

Bladlus spiser ved å stikke hull på vertsplanten og suge opp saften som er for det meste sukker. Bladlus, enkelt sagt, tisser ut dråper av veldig sukkerholdig væske som er elsket av maur. Derfor passer maur ekstremt godt på bladlusene, som om de var gårdsdyrene deres. Maur kan også bære dem fra plante til plante, «melke» dem for honningdugg og til og med ta dem hjem til reiret i vintermånedene for å holde dem trygge til våren.

I bytte mot de søte godbitene de får av bladlusene i deres omsorg, gir de bladlusene beskyttelse mot rovdyr. Men, bladlusene er også attraktiv mat for rovdyr. En enkelt plante kan være vert for hundrevis eller til og med tusenvis av bladlus. En av de rovdypene som elsker å spise bladlus er marihøner, og det er faktisk larvene til marihøner som er mest sultne på bladlus.

Derfor satser vi veldig på marihøner! Unge bybønder oppfordres til å samle dem og flytte dem til våre planter som er infisert med bladlus.

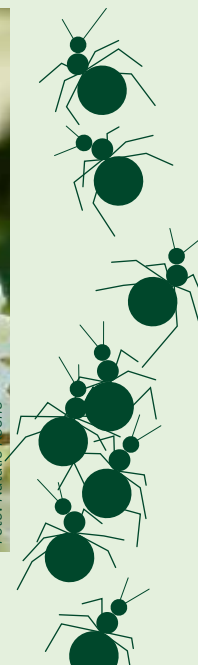
Ellers benytter vi anledningen ved vanning til å vaske maurene av plantene og oversvømme reirene deres. Og vi bruker en veldig enkel hjemmeoppskrift mot selve bladlusene kalt «*White Oil*», som ikke er giftig. Oppskriften kan finnes på [Gardening Australia's nettside](#) sammen med mange andre tips og råd til økologiske dyrkingsmetoder:

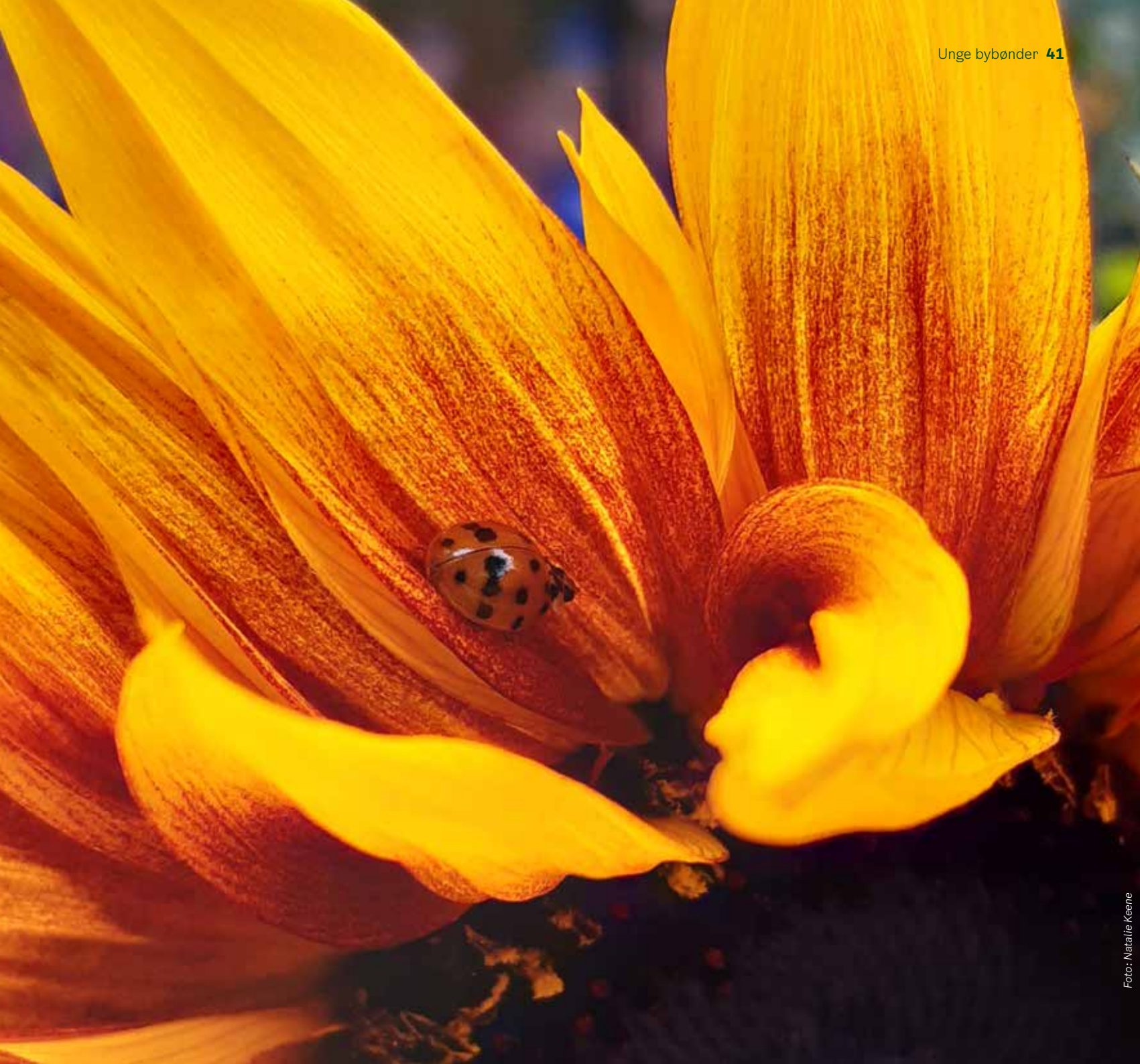


Marihønelarver ser veldig merkelige ut og og ligner ikke voksne marihøner i det hele tatt. Marihønelarve på svarthyll på Klosterenga.



Foto: Natalie Væene





8 Hva kan man gjøre på en regnværsdag?

Noen ganger må man jobbe ute i regnet og de unge bybøndene må ha på seg riktige klær. Vi oppfordret de til å sjekke været på slutten av hver dag sammen slik at de utvikler vanen å sjekke det selv før de kommer på jobb. Noen dager er det likevel så mye regn at det kan være greit å booke et rom innendørs og finne på andre oppgaver.

Her er noen forslag til hva man kan gjøre på en regnværsdag, som vi håper kan være til inspirasjon:

- 1. Lage frøkuler av leire, torvfri jord og stedegne frø.** Konseptet kommer fra Japan, og heter «*seed bombs*» på engelsk, men vi oversetter til frøkuler som er en mer nyansert beskrivelse. [La Humla Suse sin nettside har instruks](#) til denne aktiviteten.
- 2. Opprette en undersøkelse for å kartlegge bruk av offentlige rom,** og etter kartleggingen kan ungdommene sitte inne og tegne forslag til design av bed.

- 3. Forske på, designe og lage et insektshotell.** Bruk instruksjer fra norske eksperter og gå på besøk til Botanisk hage for å høre fra ekspertene der og observere velfungerende insektshoteller. [Les mer her.](#)

- 4. Trene på intervju med journalister** og skrive et eksempel på pressemelding. Her kan de for eksempel jobbe med kommunikasjonsrådgiver fra organisasjonen.



5. Skrive nominasjon til Oslo hagepris

(fristen for å nominere er 1. august 2022).

I 2021 nominerte våre unge bybønder flere hager som de hadde vært på befaring, og en kjøkkenhage som de hadde laget selv. En av deres nominasjoner var Kampen økologiske barnebondegård (KØBB), i Bydel Gamle Oslo, som til slutt vant årets beste felleskapshage! [Les mer om dette her.](#)

6. Skrive et brev til neste gruppe unge bybønder

La unge bybønder kommunisere til de neste gruppene hva jobben innebærer og hva de kan forvente av det.

7. Skrive et invitasjonsbrev til en politiker

– med mulig tegning, dikt, bilder og lignende.

8. Se på dokumentar – for eksempel:

[Blomsterenga på NRK.](#)

9. Plannlegge for en pop-up kafé eller større arrangement

som plantebyttemarked eller langbord. Et felles langbord kan holdes enten fysisk eller digitalt! Her er tre fantastiske håndbøker fra Placemaking Europe og organisasjonene Nabolagshager og CREWS om hvordan man arrangerer slike arrangementer:

- › [Pop-up kafé](#) (Nabolagshager, Oslo)
- › [Plantebyttemarked](#) (Nabolagshager, Oslo)
- › [Digitalt landbord](#) (Crews, Oslo)

Til Unge bybønder



Hei! Vi har jobbet i 4 uker som unge bybønder. Det har vært slitsomt, men også gøy og lærerikt. Jobben innebærer at du ~~samarbeider~~ samarbeider med gruppa di og gjør en innsats. I løpet av ukene vi har jobbet her har vi plantet ulike planter, vannet, luktet, laget en egen liten åker der vi dyrket grønnsaker og en del andre fysiske oppgaver. Vi har også drøft på en del saker der vi har lært masse.

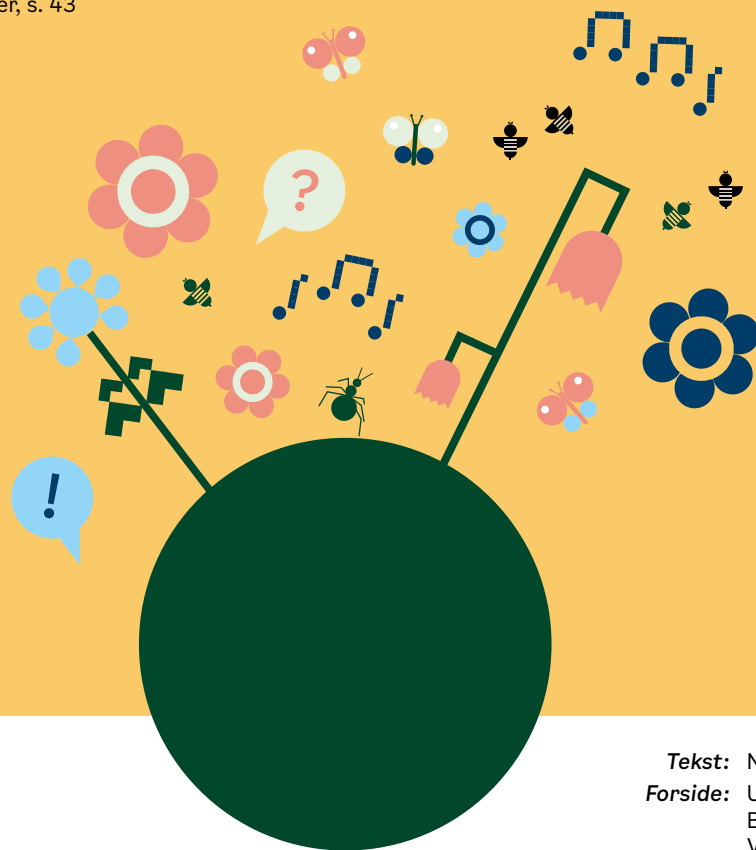
Vi ønsker dere lykke til, og tror dere vil like jobben!

Ventlig hilsen den forrige gruppa Unge bybønder :)

PS: Husk å hke dere etter været og ta med vannflaske.

Referanser:

Rodeo Arkitekter, s. 17
Spirende Oslo, s. 35
Gardening Australia, s. 40
La Humla Suse, s. 42
Oslo Botanisk Hage, UiO, s. 42
NRK, s. 43
Placemaking Europe, s. 43
Nabolagshager, s. 43
Crews, s. 43



Tekst: Natalie Keene og Stina Maria Lindholm
Forside: Unge bybonde Andrea Huemer, arbeidsleder Hanne Berg Dahlen og bydelsbonde Natalie Keene, Vålerenga kjøkkenhage. Foto: Ric Francis
Design: Kurs og konsulentbistand, Utviklings- og kompetanseetaten