



Planen for «Nye Haugerud» vedtatt i bystyret

Her skjer det! Det er kveld, onsdag 19. juni, og det er møte i bystyret i Oslo. Ordfører Marianne Borgen erklærer at planprogrammet for nærmiljøet vårt er vedtatt. Med dette er det gitt grønt lys for en storstilt ombygging av hele Haugerud/Trosterudområdet.

I første omgang gjelder det fellesområdene rundt Haugerudsenteret, som skal inneholde nye skoler og anlegg for idrett og kultur, blant annet ny og stor idrettshall, kampsportsenter og to nye kunstgressbaner.

Det er en lang prosess som ligger bak vedtaket i bystyret, og vi i lokalbefolkningen har bidratt hele veien. Det endelige forslaget som bystyret har vedtatt, bygger på den skissen som Innbyggerinitiativet sendte inn i desember 2017.

Bystyret la inn noen føringer i vedtaket ditt, bl.a. at man skal sikte mot at anleggene skal stå klare til skolestart høsten 2023. Det er ambisiøst, det kan bli krevende, men det er en viktig ambisjon. Da må alle parter anstrenge seg for å handle raskt i alle deler av planlegging og bygging.

Hvordan vil «Nye Haugerud» se ut? Det kan du lese mer om på side 2, sammen med et intervju med Eva Sjøe som forteller hvordan Haugerud IF skal engasjere seg.



Åpen hall på lørdagskveldene

Lederne er klare. Noen av de gode gamle og noen nye ledere. Høstprogrammet er også klart. Noen lørdager denne høsten blir det ekstra aktiviteter i Åpen hall, blant annet Halloweenfeiring, spillkveld og filmkveld i Åpen hall.

Sesongåpning 7. september.

Les mer side 8.



Blir dette Haugerud i 2023?

- Nå gjelder det å være på ballen! I neste etappe av Planprogrammet skal plassering av skoler og idrettsanlegg fast legges mer i detalj. Da må vi som bor her, komme med forslag og ønsker. Dette lyktes vi godt med i forrige etappe som ble avsluttet med bystyrevedtaket før sommeren, sier Eva Sjøe som er prosjektleder for Haugerud IFs bidrag til Planprogrammet.

Skissen ovenfor er hentet fra Planprogrammet som bystyret i Oslo vedtok 19. juni. Den viser omtrent hvordan området med skoler og idrett kan se ut om noen år. Kan se ut, vel å merke. Skissen må ikke oppfattes bokstavelig. Den skal bare vise hvilke elementer som skal inn i det nye området og hvor disse blir plassert i forhold til hverandre. Alle bygg er tegnet som firkantete klosser og har omtrent riktig størrelse. Men når arkitektene har gjort sitt, blir utformingen av byggene en annen enn på skissen.

Skolestart 2023?

- Bystyret har vedtatt en ambisjon om at anleggene skal stå klare til skolestart høsten 2023, og vi som lokale aktører må pushe på for at dette skal bli en realitet, sier Dag Endal, leder for Haugerud IF. – Det er mulig å få til, hvis alle instanser velger korteste vei til målet i planleggingsfasen.

Planene som nå foreligger, forutsetter at alle bygninger og anlegg mellom Hauge-rudsenteret og Dr. Dedichens vei rives og fjernes og erstattes av to nye skoler, uteanlegg for skolene, en kulturstasjon, ny og større idrettshall, 9er- og 11er kunstgress-



Prosjektleder Eva Sjøe i Haugerud IF.

baner. Alt dette vil ligge rundt en bred «allmenning» som går fra kirka, over det som nå er fotballbanen og i bro over Dr. Dedichens vei og inn i Trosterudparken. Allmenningen skal være en aktivitetspark til bruk både sommer og vinter.

Nye utfordringer

Neste etappe nå er en «detaljregulering» av området hvor skole og idrett holder til i dag, dvs. fra Hauge-rudsenteret og bort

til Dr. Dedichens vei. Eva Sjøe forklarer: - En slik detaljregulering skal fastlegge rammene for hvordan et område skal bygges ut; hva man skal bygge, hvor høyt og hvor store deler av området som skal bygges ut. Videre skal den fastlegge hvor bygninger og uteområder skal plasseres, hvor veier skal gå og hvor parkering skal skje, samt hvilken rekkefølge som utbygging skal skje i.

Dette er med andre ord et omfattende arbeid. – En viktig del av reguleringsarbeidet er å sikre medvirkning fra lokale interessenter, slik som idrettslaget, skolene, FAU, beboerforeninger osv. Dette er også understreket i vedtaket i bystyret med henvisning til den gode prosessen som har vært hittil. Men dette betyr at vi må være på ballen hele tida med konkrete og konstruktive forslag. Det er vi som bor her som kjenner området og hva vi har av behov og utfordringer, sier Eva. – Og så må vi være tidlig ute med innspill; før alt er tegnet opp og bestemt.

Lokale behov

Eva understreker at HIF må bidra med å peke på behov og ønsker som idretten og lokalmiljøet har. - En idrettshall som er stor nok til tilbudene som barn og unge trenger, fotballbaner som er enkle å drifte, en uformell møteplass for ungdom osv.

Det er nedsatt en arbeidsgruppe i HIF som også inkluderer Norsk Judo og Jiu-jitsu Klubb. Eva Sjøe er leder for denne arbeidsgruppa. - Gruppa skal forberede våre innspill og bidra med kompetanse på drift av anleggene.



Unge ledere klare til innsats

Slik ser de ut, noen av dem som har vært gjennom kursopplegget “Unge ledere” på Haugerud og Trosterud. De er over 60 i alt som har gjennomgått kurset som lærer opp ungdommer til å bli ledere og ressurspersoner i lokalmiljøet.

Det første kurset ble gjennomført med 9. klasse ved Haugerud skole forrige skoleår. Skoleåret 2018-2019 ble det kjørt en ny runde med siste års niendeklassinger, samtidig som det ble kjørt et eget kurs for eldre ungdommer, dvs. fra 17 til 25 år.

Mange av kursdeltakerne er allerede i gang med oppgaver i nærmiljøet, både i deltidsjobber og som frivillige: Ledere i Åpen hall, miljøarbeidere ved ungdomsskolen, lede timer og fritidsaktiviteter på ungdomsskolen, medhjelpere ved arrangementer som Gatefesten, Trosterud-dagen og åpningen av Haugerudparken.

Kursene består av temamøter om ulike sider ved det å være leder og rollemodell: hva er en god leder, selvbylde og selvtilitt, teamarbeid, organisering av grupper og ledelse av aktiviteter, planlegging av arrangementer, trykkgitt og, bruk av sosiale medier og mere til.

- Siden vi er i oppstarten av noe som skal bli en varig aktivitet, blir veien til litt mens vi går, sier Lars Aamodt, som er prosjektleder for kurset for de eldste ungdommene. - Vi samler erfaringer, henter inspirasjon fra Alnaskolen og tilsvarende kurs, og vi er heldige som kan bruke instruktører og kursmoduler fra Oslo idrettskrets.

Lederkursene er finansiert av Bydel Alna og inngår som et ledd i Områdeløftets innsats for å mobilisere flere unge ledere og engasjere i frivillig arbeid. De gjennomføres i et samarbeid mellom Oslo idrettskrets, Haugerud skole og Haugerud IF.

Bedre trivsel og læringsmiljø

Mats Haugen er miljøarbeider ved Haugerud skole og har vært prosjektleder for “Unge ledere” på vegne av skolen. Han summerer opp kurset slik:

“Etter deltakelse på kurset for unge ledere ser skolen at elevene har fått en bedre forståelse av samhold, samarbeid og inkludering. Skolen ser at dette har hatt en positiv effekt både i klasserommet og i friminutter. Dette har resultert til bedre trivsel og godt læringsmiljø for veldig mange.

Fleire av deltakerne har jobbet når skolen har hatt åpent i ferier. Deres innsats disse ukene hvor de jobbet med mye inkludering førte til flere nye vennskap mellom elever.

Skolen opplever de unge lederne som selvstendige ungdom som bidrar til å skape et godt miljø både for elever og ansatte.”

Forbilde

Monir med nye oppgaver



Monir Rfifi (25) er et kjent ansikt for de unge her i nærmiljøet etter mange år som leder for Åpen hall. Nå har han fått en ny utfordring. Monir er valgt inn i styret for Haugerud IF med oppgave å følge opp alle de unge lederne som nå er utdannet.

- Vi må snakke med de unge, høre på deres ønsker, og vi skal prøve å engasjere de nye unge lederne i nærmiljøet sitt. Da kan vi skape flere aktivitetstilbud for unge, og vi kan kanskje forhindre at noen unge sklir ut i tidlig alder. Barn må få se at det finnes ungdom som er forbilder og som står opp for nærmiljøet. Dette har jeg savnet, så nå gleder jeg meg til å jobbe med dette gjennom Haugerud IF.

Neste oppgave for Monir og de unge lederne blir en fotballturnering med grilling som de har planlagt og som skal gå av stabelen på kvelden etter Gatefesten 1. september.

Monir kjenner Haugerud og Trosterud veldig godt etter alle årene som leder i Åpen hall. Han startet allerede som 16-åring. Monir vokste opp på Trosterud der han fortsatt bor. Familien har sine røtter i Marokko, et land han regelmessig besøker for å treffe slekta.

Monir valgte i sin tid elektro på videregående, tok fagbrevet og siden videreutdanning slik at han i dag har fast jobb som prosjektingeniør hos WK Ingeniør AS. – Jeg er glad jeg valgte å gå denne veien, og i dag har jeg en jobb jeg trives veldig godt i. I tillegg liker jeg engasjementet som styremedlem i organisasjonen Dynamo Generasjon som jobber med inkludering av barn og ungdom gjennom musikk.



Dette kan Haugerud IF tilby



Badminton

Trener seks dager i uken, mandag, onsdag, fredag og lørdag i Haugerudhallen og tirsdag og torsdag i Oppsal Arena.

Gode treningsmuligheter for både konkurranse og mosjon fra 7-8 år til pensjonistalder.

Torstein Reistadbakk
sttorstein@gmail.com
926 31 584



Fotball

Lag, trening og seriespill for gutter fra sjuåringer og opp til senior. Jentelag i noen aldersgrupper. Mosjonsfotball for voksne søndag kveld. Kunstgressbanen på Haugerud.

Dag Endal
dag.endal@gmail.com
911 84 388

Håndball

Vi har damelag som spiller i 4. divisjon og et Jenter 12-lag. Interessert i å få i gang mer aktivitet for barn og ungdom. Trening tirsdager og onsdager i Haugerudhallen.

Eva Bakke
eva.bakke@telenor.com
901 07 005



Basketball

Nytt tilbud for tenåringer på ungdomsskolen. Trening i Haugerudhallen tirsdag, onsdag og fredag. Et G15-lag fra HIF spiller i serie for første gang denne sesongen.

Gunn Tek-Karlsrud
gunntek@gmail.com
920 55 764

Tennis

Haugerud IF Tennis tilbyr gode spilleforhold for medlemmene; to grusbaner og en hardcourt-bane. Ikke faste treningstider, det er bare å komme på banene for å spille.

Andrew Bolseth
andrew@bolseth.com
918 76 946



Capoeira

Capoeira er blanding av dans, musikk og selvforsvar. Erfarne instruktører. Trening på mandager og torsdager for alle aldersgrupper. Trimrommet under Haugerudhallen.

Ove-Kenneth Nilsen
oveaxe@gmail.com
913 35 343



Løpegruppe

Noen lokale entusiaster har startet opp en løpegruppe for for Haugerud og Trosterud. Uformell organisering i første omgang. Treningsturer avtales via Facebookgruppa "Haugerud IF løpegruppe"

Bjørn Serkved
b_serkved@hotmail.com
968 26 864



Innebandy

Vi trener og spiller innebandy i Haugerudhallen. Lag for både barn og seniorer. Flere serielag i både kvinne- og herreklassen.

Andreas Bränd
andreas@brandab.se
926 25 259



Dans for barn og ungdom

Ballett. Lek, rytme og enkle trinn for de yngste. Hiphop-partier for barn fra seks år og for ungdom. Trimrommet i kjelleren på Haugerudhallen.

Laila Svendsen
dans@haugerudif.no
934 84 660

Orientering

Vi har en gruppe på 8-10 orienteringsløpere som har fulgt klubben i mange år og som nå konkurrerer i veteran-klassen.

Unni Drage
t.drage@frisurf.no
452 62 438

Svømming for damer

Svømmetrim i bassenget på Haukåsen skole, hver søndag kl. 18.00 – 20.00. Tid til skift før og etter. For damer fra 18 år og oppover.

Uzma Khan
uzmakhan19@hotmail.com
993 44 593



Sjakk

"Haugerud Sjakkforening – barn og ungdom" spiller sjakk på tirsdager gjennom skoleåret. Blanding av spillkvelder og trening.

Neil Anton Heggernes
902 73 305
Leiv Otto Watne
402 03 712
haugerudsjakk@gmail.com

Sykkelaktivitet

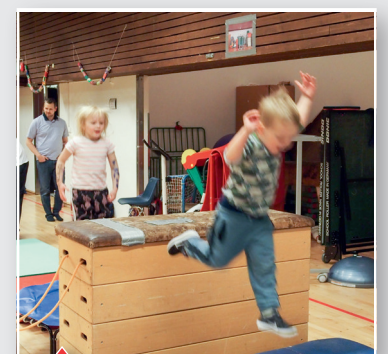
Vi prøver å få i gang en sykkelgruppe innenfor klubben, en gruppe som kan organisere sykkeløvelser for barn, sykkeltraining for voksne, mekkeverksteder osv. Mekkelørdager avholdt på Haugerud.

Jon-Terje Bekken
jon-terje.bekken@getmail.no
469 45 469

Trim for voksne

Hver onsdag i gymsalen på Lutvann skole, kl. 19.00–20.00. Step og aerobic annenhver gang. Til sammen 14 ganger pr. semester.

Ellen Orud
ellen.orud@gmail.com
476 04 887



Trim for barn

Barnetrim på mandager, tre grupper fra 3 år og opp til 12 år. Idrettslek i gymsalen på Haukåsen skole, siden bading i svømmehallen. Svømmeinstruktør på noen av partiene en gang i mellom.

Helene Heger Voldner
helene.voldner@gmail.com
993 00 716

Cricket

Vi har lag i 1. divisjon og i 5. divisjon og flere lag for barn og unge som representerer fra U13 til U19 serier i regi av Norges Cricketforbund. Egne treningsnett ved ballbingen bak ungdomsskolen. Innetrening på søndager om vinteren.

Rasab Shazad Ahmad
rahmad1981@hotmail.com
980 37 438



Basketgutta er klare for seriespill

Det var en viktig begivenhet for klubben og nærmiljøet da vi fikk i gang en basketgruppe for ungdom sist høst. Initiativet kom fra et par elever ved ungdomsskolen. Skolen støttet initiativet, ei mor stilte opp som medhjelper, og to-tre ungdommer meldte seg om trenere.

Siden har rundt 15 ungdommer trent veldig ivrig i noen måneder, enkelte uker både tre og fire ganger. Innimellom har det vært treningskamper mot andre lag her i området. Trenere har vært Jonas Cabusao, Emilio Turkalj og Ahmed Naoum, mens Gunn Tek-Karlsrud har tatt på seg rollen som lagleder og administrator. Vi ser de fire på det lille bildet,

fotografert etter et planleggingsmøte i vinter.

Nå kommer en ny milepæl for basketgutta på Haugerud. De skal spille i serie for første gang. Da får vi se hvor langt gutta er kommet på en vinter. De kommer til å møte tøff motstand fra lag som har spilt sammen i mange år.

Velkommen til å spille tennis på Haugerud!

Haugerud IF har tre tennisbaner som er åpne for alle som vil mosjonere med å spille tennis. To grusbaner bak klubbhuset og én hardcourt-bane bak ungdomsskolen. – Velkommen til å spille hos oss, sier Andrew Bolseth, her avbildet ved inngangen til grusbanene. Andrew er leder for tennigruppa i Haugerud IF. – Vi har god kapasitet på banene, noe som gjør at det alltid er mulig å finne spilletid.

Andrew sier at banene er reservert for dem som har medlemskap i Haugerud IF Tennis. – Man betaler en engangsavgift pr. år, en avgift som er rimelig, og da kan man spille så mye man vil hele året. Alle medlemmer får et nøkkelkort som man låser seg inn på banene med.

Kontakt Andrew på e-post andrew@bolseth.com eller mobil 918 76 946.



Alltid populært for de minste: Trim med svømming



I mange år har Haugerud IF hatt et trimtilbud for de minste. På mandager og på Haukåsen skole; i gymsalen og svømmebassenget. Tilbudet er like populært som før, og vi starter opp igjen høstsesongen med første trimkveld 2. september. Vær rask med påmelding via klubbens hjemmesider. I vår var flere av partiene fulltegnet.

Barnetrimmen er en fin blanding av idrettslek, ballspill, konkurranser og leker i gymsalen på Haukåsen skole. Etterpå flytter barn og foreldre over i svømmehallen der de minste kan øve på å bli trygge i vann og kanskje lære seg å svømme. Noen ganger vil vi også ha svømmeinstruktører i bassenget.

De yngste (3-4 år) starter kl. 17.00 på mandagene, og så følger tre partier etter hverandre utover kvelden for de litt eldre barna, fram til kl. 20.



Stor danseaktivitet på Haugerud

Mange dansere, mange danseformer, stor aldersspredning og høy aktivitet. Da Haugerud IF Dans hadde avslutning på vårsemesteret fikk vi virkelig demonstrert bredden i dansetilbudet vi nå har på Haugerud.

Bildene viser noen av dem som opptrådte fra scena på ungdomsskolen. Dansetilbudet er en del av Områdeløftet og økonomisk støttet av Bydel Alna.

– Vi utvider tilbudet ytterligere nå fra høsten, forteller prosjektleder Laila Svendsen. – Tilbudene fra i vår fortsetter. I tillegg har vi ballett litt øvet for 6-9-åringene og det populære K-pop-kurset for 9-14-åringene, som er dans til koreansk popmusikk.

Voksenkursene fortsetter også. Både Zumba, Linedance og Bollywood er populær og morsom trim. Dansekursene på Haugerud er enten i samlingssalen på barneskolen eller i kjelleren på Haugerudhallen.

Kursene starter første uke i september og er klare for påmelding. Laila tipser om at det lønner seg å være tidlig ute, da noen av kursene raskt fylles opp. Les mer om alle høstens dansekurs her: <https://haugerudif.no/kategori/no/dans/>

HIF – 50 år i 2020

50 år er gått siden Haugerud Idrettsforening ble stiftet, nærmere bestemt den 26. november 1970. Det betyr jubileum og feiring neste år! Klubben ble stiftet rett i etterkant av innflytting i de store borettslagene på Haugerud og ble raskt et viktig fritidstilbud for alle barna i de nyinnflyttede Haugerudfamiliene.

Aimee skal spille Junior-VM!

Vi har mange dyktige talenter blant badmintonungdommene i HIF; noen av dem blant de aller beste i landet. Dette er bekreftet ved at Aimee Hong nå er tatt ut til å spille i Junior-VM for Norge, sammen med tre andre jentespillere og fire guttespillere. Junior-VM blir arrangert i Kazan i Russland de første dagene i oktober. Vi ønsker Aimee lykke til; – en flott representant for Haugerudidretten!



Ny aktivitet: Løpegruppe

En gruppe ildsjeler som liker å løpe, har tatt initiativ til en løpegruppe i Haugerud IF, blant annet Sohaila og Bjørn på bildet her. Nå inviterer de andre løpelystne til å bli med!



Løping er i utgangspunktet en individuell aktivitet. Enhver står fritt til å løpe når man vil, hvor man vil og så langt man vil. Men løping kan også være en fellesaktivitet.

Det er hyggelig å løpe sammen. Men får «drahjelp» ved å løpe sammen med andre. Det er lettere å komme seg opp av sofaen og få på seg trimtøyet når man er flere som har avtalt å løpe. Og kanskje vi etter hvert kan få se deltakere i HIF-klær i mosjonsløp eller konkurranser...

Aktivitene i løpegruppa kan både være faste treningstider og avtaler som gjøres fra gang til gang. Lengde og hastighet tilpasses deltakerne.

Den nye løpegruppa bruker Facebook (Haugerud IF Løpegruppe) som kanal for å informere om aktiviteter, avtale løpeturer og evt. delta felles i offisielle løp.

Søk opp «Haugerud IF løpegruppe» på Facebook. Bli medlem og følg med på aktivitetene.

De ti første nye, registrerte løpemedlemmene får en treningsgenser eller jakke med HIF-logo på bryst og rygg.

Det trengs en hel landsby for å oppdra et barn!

Jerrell Hooker er prosjektleder for Åpen hall. Når vi spør ham om hva han vil med Åpen hall, svarer han med et afrikansk ordtak: Det trengs en hel landsby for å oppdra et barn.

- Dette ordtaket gjelder like mye i Norge, i Oslo og på Haugerud som i Afrika, forklarer Jerrell. – Skal barn og unge vokse opp til å bli trygge, selvstendige og ansvarsfulle, må flere enn foreldrene bidra. Vi som er ledere for fritidsaktiviteter, er så heldige å få «låne» de unge noen timer i uka. Hvis man er idrettstrener, er man kanskje sammen med et barn eller en ungdom fire - seks timer i uka, sier Jerrell – eller Jay blant venner.

Han sier at dette er et stort ansvar. - Men det er også et viktig bidrag til utvikling av ungdommer. Vi som driver Åpen hall, skal sørge for at de unge har et sted å være på lørdagskveldene som er trygt, hyggelig og sosialt utviklende.

Åpen hall – et trygt samlingssted for tenåringer

I mange år har Haugerudhallen vært et samlingssted for ungdommer fra Trosterud og Haugerud på lørdagskveldene. Med støtte fra Oslo idrettskrets har Haugerud IF drevet «Åpen hall» som et uformelt møtested på lørdagene. Dørene er åpne fra kl. 18.00 til rundt kl. 22.

Vi har engasjerte unge ledere som er ansvarlige for at alt går riktig for seg. De setter ut aktivitetsutstyr som ungdommene kan bruke hvis de vil; bordtennis, matter, basketball, futsal, innebandy, PlayStation osv. Ungdommene organiserer selv den aktiviteten de vil drive, og de som bare har lyst til å henge med venner, snakke, spille kort står fritt til det. Haugerudhallen er opptatt av organisert aktivitet og trening fra mandag til fredag men på lørdagene er det fri aktivitet.

Reglene for Åpen hall er få og enkle. Selv om Åpen hall har uorganisert aktivitet, er det ikke fritt fram. Vi har noen regler, men de er få og enkle, blant annet: Registrering med navn i døra. Ingen røyking, alkohol eller narkotika. Ta vare på utstyret. Inkluder andre i aktiviteter.

Jerrell understreker at fritidsledere ikke skal overta foreldrenes rolle. På ingen måte. Foreldre er viktigere enn noen gang når vi vet alle de impulsene som unge mottar i dag fra ulike medier. – Men jeg ønsker meg at flere foreldre skal engasjere seg i de unges fritidsmiljø.

Én ting er at vi trenger flere frivillige ledere i idrett og kultur. Men like viktig er det at deltakelse vil gi en unik opplevelse for foreldrene. Du opplever barna dine på en helt annen måte enn innenfor hjemmets fire vegger. Min appell til foreldre er enkel: Kom ut! Møt ungdom på fritida. Hvis ikke vi som foreldre er synlige og tydelige i det offentlige rom, er det helt andre krefter som får forme ungdommene våre.



Vis respekt for alle og opptre varsomt. Da blir Åpen hall et trygt og trivelig sted å være.

De som er under 13 år, får lov å være i hallen fram til kl. 20. Etter dette er hallen bare for tenåringer.



Jerrell er ganske nyinnflyttet til Haugerud. Han kom fra London med kona Winta og lille Gabriel for et par år siden. I London var han også engasjert i ungdomsarbeid, og før dette drev han ungdomsprosjeper i New York. Sine familierøtter har han fra Trinidad og Tobago i Karibien. Noe av det første han gjorde da han kom til Haugerud, var å kontakte idrettslaget for å høre om han kunne bidra til lokalsamfunnet. Nå inviterer han flere til å bidra.

Høstprogram

Høsten 2019 blir det ekstra aktiviteter på noen av lørdagskveldene:

7. september:
Åpning av Åpen Hall høsten 2019, barn og ungdommer er hjertelige velkomne!

26. oktober:
Halloweenfeiring, kom hvis du tør!

November:
Game Night, bli med å spille brettspill, FIFA 2020 og morsomme konkurranser

Desember:
Movie Night, det vises én film for barn fra kl.18:00 og én for ungdom fra kl.20:00.

Mer info kommer.

Kontakttelefon

Trenger du å få kontakt med lederne i Åpen hall på lørdagskveldene? Bruk kontakttelefonen 968 88 471 (bare i bruk mens Åpen hall har aktivitet)

Følg oss på Facebook :
facebook.com/haugerudidrettsforening

Reaktør HIF-Nytt: Dag Endal
Layout og trykk: Yello Digital AS

For informasjon – besøk vår hjemmeside :
www.haugerudif.no

Vil du vite mer om klubbens tilbud?
Ta kontakt : daglig@haugerudif.no

