



Find vej i ...



De Gamles By

Find vej i De Gamles By

Indhold:

- Side 3: Introduktion
- Side 4: De Gamles By
- Side 5: Find vej med kort og kompas
- Side 6: Post 1 Byoasen
- Side 7: Post 2 Dyr i byen
- Side 8: Post 3 Kolonihaverne
- Side 9: Post 4 Bier i byen
- Side 10: Post 5 Kompost
- Side 11: Post 6 Leg og bevægelse
- Side 12: Post 7 Det udendørs klasseværelse
- Side 13: Post 8 Højbede
- Side 14: Post 9 Grillplads
- Side 15: Post 10 Grønne tage
- Side 16: Post 11 Slottet
- Side 17: Post 12 Orangeriet
- Side 18: Post 13 Vand
- Side 19: Post 14 De Gamles Bys kirke
- Side 20: Post 15 Opbygning af De Gamles By
- Side 21: Post 16 Motion og sygdom
- Side 22: Post 17 Center for Kræft & Sundhed
- Side 23: Post 18 Hvidtjørnen
- Side 24: Post 19 Gamle træer
- Side 25: Post 20 Vilde planter og dyr
- Side 26: Post 21 Frøspredning
- Side 27: Post 22 Forfatterhuset
- Side 28: Post 23 Bygningerne G, H, I
- Side 29: Post 24 Biodiversitet i byen
- Side 30: Post 25 Flaget
- Side 31: Post 26 Frugthaven
- Side 32: Post 27 Pleje- og Demenscenter Klarahus
- Side 33: Post 28 Pil og jordrensning
- Side 34: Post 29 Grafitti
- Side 35: Post 30 Nærgenbrugsstationen

Tekst og fotos: Charlotte Lund, Miljøpunkt Nørrebro

Layout: Dansk Orienterings-Forbund

Korttegner: Mogens Hansen, OK Skærmen

Konsulent: Anne Marie Kamilles, Dansk Orienterings-Forbund



Velkommen i De Gamles By

Find vej i De Gamles By er et non profit samarbejde mellem Miljøpunkt Nørrebro, den bemandede legeplads ByOasen, Dansk Orienterings Forbund, Københavns Kommune, samt ansatte i, og brugere af, De Gamles By.

Projektet er støttet af Nordea-fonden og Friluftsrådet og ønsket er at få flere ud i hjørnerne af De Gamles By, bynaturen midt på Nørrebro.

I området er der anbragt tredive poster, enten som pæle med monteret refleksbånd og klippetænger, eller som skilte på bygninger.

De tredive steders historie er afbildet og beskrevet i dette hæfte. Indfaldsvinklen er kultur, bynatur og historien om De Gamles By. Det er ikke alle bygninger eller al natur, der er beskrevet, men der er samlet et udvalg af interessante historier, der danner ramme om en oplevelsestur i De Gamles By.

Ud over ruten, som er beskrevet i dette hæfte, kan du prøve en foto-orientering, et løb på tid, scanne QR koder og løse mobil-quizzet med din smartphone. Er du skolelærer, kan du downloade undervisningsmateriale til elever fra 0. - 7. klasse, og du kan også selv få et log-ind og oprette dine egne quizruter.

Foldere findes i kassen ved startstedet, Møllegade 25, og ved hovedindgangen til De Gamles By på Nørre allé.

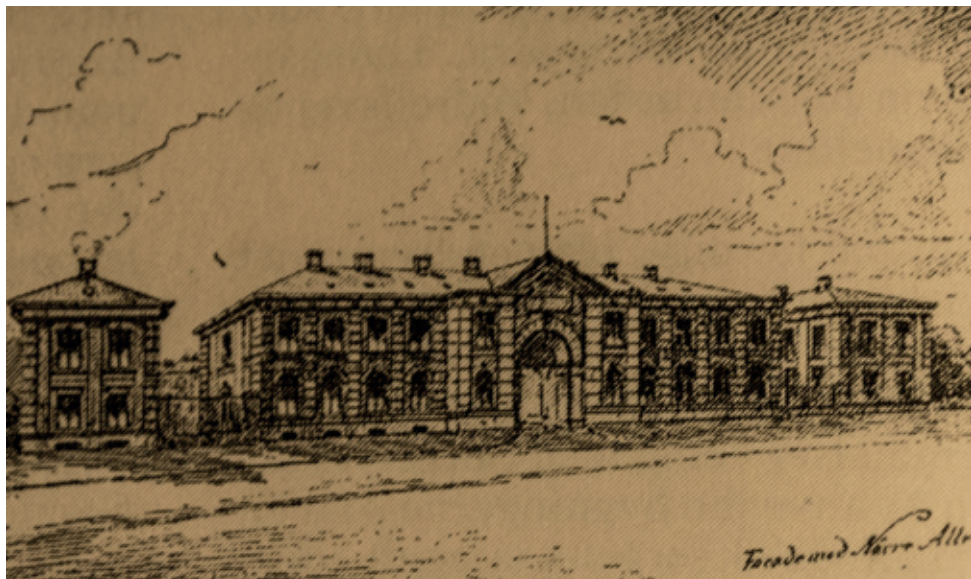
De forskellige tilbud om orienteringsløb udvikles og opdateres og kan findes på www.findveji.dk – søg på 'De Gamles By' eller på www.byoasen.dk/orienteringsløb

Tak til alle der har bidraget med input til dette hæfte, og til udvikling af naturoplevelsessien.

Bynatur har mange fordele, men bedst er det, at den er lige uden for døren og nem at besøge.

Charlotte Lund

Projektleder, Miljøpunkt Nørrebro



De Gamles By

De Gamles By, midt på Nørrebro, omkranses af Møllegade, Guldbergsgade og Sjællandsgade, med hovedindgang på Nørre allé. Fjorten tønder land, med en historie der går mere end hundrede år tilbage.

De Gamles By var oprindelig tiltænkt som erstatning for den gamle forsørgelsesanstalt, lemmestiftelsen Almindelig hospital, der lå i Amaliegade. I 1892 opførte Vilhelm Petersen de ældste bygninger med hovedbygning, administrationsbygning, allébygninger, kedelhus, kirken, centralkøkken, vaskeri, sygehus, kapel, stald og værksted.

Lemmerne blev overflyttet til det nye moderne bygningskompleks med plads til 1500. I afdelingerne var der indrettet værelser til ægtepar, eller sengestuer med 4-10 pladser, og varme der blev ledt rundt i et rørsystem og med lugtfrie klosetter. I en særlig bygning kunne man en gang om måneden få sig et bad.

I 1901 tilføjede Gotfred Tvede alderdomshjemmet Salem, nu kaldet Slottet og ved sammenlægningen med Almindelig hospital I 1919 skiftede området navn til De Gamles By.

Op gennem 1900-tallet påbegyndtes en gennemgribende renovering af bygningerne. Nye blev tilføjet, i alt med plads til 500 beboere, og der blev moderniseret med elevatorer, enkeltværelser, tekøkkener, opholdsstuer, beskæftigelsesterapi, værksteder og kiosk.

Området er under konstant forandring, i dag bor ældre i eget hjem så længe så muligt og der er større sansynlighed for at møde et barn end en ældre i De Gamles By.

De Gamles By er i dag, udover plejehjem, nu også demenscenter, ByOasen, børneinstitutioner, Center for Kræft & Sundhed, genbrugsstation, centraladministrationen for Sundheds- og Omsorgsforvaltningen og er arbejdsplads for hundredvis af mennesker.



Find vej med kort og kompas

At finde vej med kort – evt. med støtte fra kompas – kaldes at orientere. Det går ud på at finde steder eller poster. Posterne er markeret på kortet med en cirkel og et nummer. Posterne i De Gamles By er røde pæle, anbragt strategisk og ved seværdigheder.

Alle kan deltage, ung som gammel, og i det tempo, der passer. Du vælger den rute, med det antal poster, der passer til dig.

I dette hæfte er de 30 poster, med tilhørende GPS-koordinater, beskrevet. Til hæftet hører også et kort i skala 1:2.500, dvs. at 1 cm. er lig med 25 meter. På kortet er der klippefelter, som skal bruges til at notere de tre kontrolbogstaver, der står på postskiltet, eller til at klippe med klippetængerne.

Kortet er lidt anderledes end et almindeligt bykort. Det er specialtegnet så det kan bruges til orienteringsløb. Det kan være en hjælp lige at lære et par signaturer:

- **olivengrøn:** private områder
- **grøn:** træer, samling af træer, hække og bede
- **blå:** våde områder og grøfter
- **gul:** åbne græsarealer
- **sort/grå:** huse, halvtage, hegn, veje, stier og andet menneskeskabt
- **brun:** asfalt, fliser og faste arealer
- **røde trekanten og cirkler:** startsteder og orienteringsposter

GPS-koordinaterne kan også bruges til en løbetur, hvis du f.eks. har en GPS på din smartphone eller løbeur.

God tur



Post 1: ByOasen

ByOasen blev etableret i 2008 af Miljøpunkt Nørrebro. Denne uafhængige miljøorganisation har i mange år arbejdet med forbedringer og nytænkning af nærmiljøet. Trafikreguleringer, affaldssorteringer, De Grønne Gårdmænd, og meget andet. ByOasen blev anlagt som en bybondegård, samlingspunkt og forsøgsværksted for en sund og bæredygtig levevis i byen.

I 2014 skiftede ByOasen status, og blev bemandet legeplads under Københavns Kommune.

ByOasens sociale vision er at tilbyde sig, som et samlingssted, hvor borgere kan udvikle netværk og kompetencer, gennem meningsfulde aktiviteter, med fokus på bynatur, nærmiljø, og sundhed for alle aldre.

Målet er at skabe mangfoldighed i fredelig sameksistens på tværs af alder, oprindelse og sociale lag. Der afholdes årligt 140 arrangementer til målgruppen 0 – 100 år.

GPS: 55°41.576'N; 12°33.455'E



Post 2 - Dyr i byen

Her i ByOasen bor en flok dværggeder, en hønseflok, vilde og tamme kani-
ner, marsvin, mus og sangfugle.

Dyrene er omdrejningspunkt for megen af aktiviteten her. Først og fremmest lever de deres eget liv og pikker ormer og spiser grene, og så tiltrækker de dagligt børn, unge og ældre.

Husdyr har i tusindvis af år været et vigtigt element i udviklingen af vores kultur. Noget dybt i os reagerer genkendende i nærværet af høns og kaniner. Dyrene er afhængige af vores omsorg, og vi beroliges af deres tillid.

De åbne arealer med græs mellem dyrefoldene besøges også dagligt af mange hunde der bor i lejligheder i gaderne omkring De Gamles By.

GPS: 55°41.561'N; 12°33.426'E



Post 3: Kolonihaver

I København var der allerede i slutningen af 1500-tallet anlagt haver uden for voldene. Her måtte ikke bygges, da der skulle være frit skudfelt fra volden. Derfor blev der anlagt frihaver som en form for fattighjælp til de dårligst stillede. Samtidig skulle haverne afholde folk fra at drikke og sørge for, at den voksende arbejderklasse fik frugt og grønt og frisk luft.

Kolonihavebevægelsen er et fænomen, der knytter sig til industrialiseringen i slutningen af 1800-tallet. Befolkningsvæksten i byerne i denne periode gjorde, at folk boede meget tæt i små lejligheder. Dyrkning af haverne var en vigtig daglig forsyningskilde til mad.

I mange år har kolonihaverne været knyttet til plejehjemmene, hvis beboere dyrkede haverne. Men i dag kommer man så sent i livet til plejehjemmene her, at der ikke er energi til at passe dem. Nu passes kolonihaverne fortrinsvis af børneinstitutionerne.

GPS: 55°41.556'N; 12°33.407'E



Post 4: Bier i byen

ByOasen har en bifamilie til de mange blomster og træer der skal bestøves i De Gamles By.

Bistader i byer er stigende i antal. Det er ikke bier, men hvepse, der cirkler om vores frokostbord i sommervarmen. Bier er optaget af at suge nektar fra blomster, og bestøver dermed samtidig frøanlæggene i f.eks. frugttræer, så vi kan spise frugterne sidst på sommeren.

De vilde bier har gode forhold i blomsterkasser, i villahaver og i offentlige anlæg som parker og kirkegårde. Her er der mange forskellige blomstrende planter sommeren igennem og ingen kommercielle sprøjtegifte.

En bi avancerer efter alder og erfaring. Fra rengøringsjob til bygningsarbejder til soldat til indsamlere af honning. En arbejdsbi bliver sjældent ældre end seks uger, så er den slidt op. En Dronning tre til fire år. En bi producerer ca. syv gram honning i sit liv. Det kræver således 140 bier, der sammenlagt flyver 200.000 km og suger to millioner blomster, til at producere et kilo honning.

GPS: 55°41.585'N; 12°33.368'E



Post 5: Kompost

Kompostering kaldes den proces, hvor man fremskynder og styrer nedbrydningen af organisk stof. Det er en del af det naturlige kredsløb hvor næringsstoffer føres tilbage til jorden.

Haveaffald og vegetabilsk køkkenaffald er et nyttigt råstof. Grene, afklip fra hække, visne blomster, ukrudt og grønt køkkenaffald, kan let omdannes til kompost. Kompost er det bedste middel til at gøre jorden frugtbar og tilføre den ny næring.

I en kompostbeholder bevirker tilgang af ilt, og den bakterielle aktivitet, at temperaturen i materialet stiger til 50-70 °C. Herved dræbes mulige sygdomskim i komposten, ligesom ukrudtsfrøes spireevne ødelægges.

På kompostanlæg udføres der i udstrakt grad kompostering af sorteret have- og grenaaffald, og komposten er efterspurgt som jordforbedringsmiddel. I landbruget findes kompostering af husdyrgødning, i større målestok, kun sted i biodynamiske jordbrug, samt i nogle tilfælde i økologiske jordbrug.

GPS: 55°41.599'N; 12°33.374'E



Post 6: Leg og bevægelse

Naturredskaberne er anlagt i 2014 som et led i naturoplevelsesstien i De Gamles By.

Leg, bevægelse og motion er afgørende for en sund opvækst. Motion styrker børns knogler og er med til at forebygge overvægt. Fysiske aktive børn er ofte socialt stærke og har mere overskud til at lære nyt. Det handler også om at have det sjovt med andre børn, at mærke glæden ved at udfordre kroppen og at gøre det sammen med andre.

Sundhedsstyrelsen anbefaler at børn i skolealderen er fysiske aktive mindst 60 minutter om dagen, og at der mindst tre gange om ugen skal indgå fysisk aktivitet med høj intensitet af mindst 30 minutters varighed, for at vedligeholde, eller øge, konditionen og muskelstyrken.



Post 7: Det udendørs klasseværelse

I august 2014 trådte den nye skolereform i kraft og ændrede folkeskolens rammer.

Længere skoledage, mere bevægelse og samarbejde med det lokale foreningsliv, er nogle af hovedtrækkene i den ny reform.

Bænkene under træet er en del af naturoplevelsestien og kan bruges som et udendørs klasseværelse – en udeskole til de mange elever i området omkring De Gamles By. Eleverne kan også prøve et af vores orienteringsløb.

GPS: 55°41.580'N; 12°33.391'E



Post 8: Højbede

Højbedene i ByOasen er bygget, og bruges, af frivillige haveentusiaster.

Højbedsgruppen mødes en gang ugentlig for at dyrke haverne og lave forskellige produkter sammen.

Dyrkning i højbede er den bedste teknik til dyrkning af grønsager på små arealer, idet jorden ikke betrædes og komprimeres. Den løse jord gør det lettere for planterne at gro og de kan stå tættere.

Arbejdshøjden er optimal, og bedene kan nås fra vejen i kørestol. Et højbed på 10 m² kan producere fire gange så mange afgrøder som på friland og et sådan areal vil, med omhyggelig pleje og vanding, kunne give 100-200 kilo grønt på et år. Nok til at dække en persons forbrug.



Post 9: Grillplads

I menneskehedens historie har ild været af livsvigtig betydning som varmegiver, som lyskilde og ved madlavning.

De tidligste vidnesbyrd om menneskets beherskelse af ilden er omkring 1,4 mio. år gamle og stammer fra hulebeboelser i Sydafrika. I Europa er der fundet askelag fra 350.000 år gamle bopladser i Sydfrankrig.

De fleste af bålpladsens funktioner er i dag overtaget af fjernvarme, elektricitet og gaskomfuret.

Tilbage er bålet samlende, meditative indflydelse, når vi sammen sidder omkring det og bryder ud i sang, eller når børnene, ser snobrødet brunes.

GPS: 55°41.577'N; 12°33.434'E



Post 10: Grønne tage

Et beplantet tag fungerer som en svamp der holder på regnen, og derved formindskes og forsinkes vandets vej til kloakkerne. Et populært grønt tag består af vegetationsmåtter beplantet med stenurt, en plante der kan overleve de lange sommerperioder hvor det ikke regner.

Under vegetationsmåtterne er taget typisk beklædt med tagpap, hvis levetid forlænges ved at være beskyttet mod solens stråler. Måtterne isolerer mod kulde og støj og har en høj brandmodstand. Et grønt tag kræver næsten ingen energi at producere, og er dermed CO₂-neutralt.

I Københavns kommune er det et krav, at tage på nybyggerier, så vidt muligt beplantes.



Post 11: Slottet

Danmarks første egentlige alderdomshjemmet blev bygget i 1901, da Gotfred Tvede tilføjede Salem til De Gamles By. Denne trefløjede bygning med røde teglstensfacader, indmurede bånd, dekorationer af ølandssten, samt det store haveanlæg, blev døbt Slottet.

Dette var en konsekvens af den første lov om alderdomsunderstøttelse vedtaget i 1891, hvor hospital og alderdomshjem blev adskilt.

I kælderen var der porter- og økonoma boliger, samt værelser til stuepiger, gangkarle, vågekoner og portører. Der var også bibliotek, arbejdsstuer og inventarrum. I stueetagen var der forvalterbolig samt læge og præsteværelse. Her var også opholds og spisestuer. Der var tretten to sengs stuer beregnet for ægtepar, resten var tre- fem- og sekssengsstuer. I sidefløjene var der syge- og plejeafdeling med sekssengsstuer. I begge sidefløje var der elevator.

Modtagere af alderdomsunderstøttelsen blev adskilt fra de mere usle lemmer fra forsørgelsesanstalten og overflyttet til Slottet.

GPS: 55°41.609'N; 12°33.405'E



Post 12: Orangeriet

Orangeriet blev bygget i 1999, i haveanlægget foran Slottet. Orangeriet er bygget til plejehjemmene under Sundheds- og Omsorgsforvaltningen i De Gamles By.

Orangerier har sin oprindelse i Frankrig, da man dyrkede gamle citrustræer til dekoration i store baljer. Et af de ældste orangerier er fra 1674 og ligger ved slottet Versailles, nær Paris.

Orangerier er i dag ikke forbeholdt overklassen og er blot betegnelsen på et isoleret og opvarmet væksthuse, hvor de planter, der ikke tåler lave temperaturer, kan overvinde.

Orangeriet er både et sted for dyrkning, opbevaring og ophold. Til forskel fra et almindeligt drivhus, er et orangeri typisk smukkere, med klassisk udseende og højt til kip.

Orangeriet her, passes af ByOasens medarbejdere, og er mødested ved arrangementer. Besøgende kan få en kop kaffe eller te og nyde omgivelserne med de eksotiske fugle og planter.

GPS: 55°41.608'N; 12°33.431'E



Post 13: Vand

Vores klima er under forandring. Voldsomme regnskyl vil fremover forekomme hyppigere, og alt peger på, at de vil blive mere intense.

Den stigende mængde regn vil overvælde de systemer der traditionelt har sørget for afvanding af gaderne.

På Slottet har man i mange år opsamlet regnvand fra tagene i en stor 160m³ tank, der ligger under Orangeriet, vandet genanvendes til toiletskyl og udgiften til vand er halveret.

GPS: 55°41.611'N; 12°33.452'E



Post 14: De Gamles Bys kirke

Kirken ligger for enden af hovedalléen og er tegnet af arkitekt Vilhelm Petersen. Kirken stod færdig i 1892. Det er en kompakt, ottekantet bygning med fire symmetriske sidebygninger, bygget i røde mursten på en sokkel af granit.

Kirken har fire høje, slanke vinduer med runde buer. Stilen er inspireret af hollandsk barok. I midten af skifertaget stikker en mindre bygning op med kuppeltag og et lille lanterneformet spir med gyldent kors.

Kirken er en af de få kommunalt ejede kirker i Danmark.

GPS: 55°41.682'N; 12°33.499'E



Post 15: Opbygning af De Gamles By

I perioden 1886-1892 blev De Gamles By – dengang Almindelig Hospital – bygget som et symmetrisk bygningsanlæg, tegnet af arkitekt Vilhelm Petersen.

I den ene ende står administrationsbygninger med porten ud til Nørre Allé. I den anden ende den ottekantede kirke, der flankeres af centralkøkkenet, og vaskeriet, som senere blev ombygget til festsal.

Allébygninger (A-F) er grupperet tre og tre på begge sider af denne akse og der er gjort plads til en eventuel udvidelse med to bygninger på de store græsplæner.

Dertil blev bygget kedelhus, sygehus, kapel, stald og værksted.

Bygningerne skulle afløse den gamle fattiggård, Ladegården, men planerne blev ændret inden indvielsen, således at 1500 beboere fra forsørgelsesanstalten Almindelig Hospital, kom til at bo i bygningerne.

I afdelingerne var der indrettet værelser til ægtepar, og sengestuer med 4-10 pladser. Opvarmningen, foregik med damp, der via et rørsystem, blev ledt rundt til radiatorer.

I en særlig bygning kunne man en gang om måneden få sig et bad.

GPS: 55°41.682'N; 12°33.576'E



Post 16: Motion og sygdom

Center for Kræft & Sundhed fik i 2013 etableret boldbane, klatrevæg og bordtennisbord.

I 2014 skal der etableres et stort udendørs træningsområde.

Træningsområdet er et led i at skabe rum for fysisk udfoldelse, træning, boldspil, leg og livsglæde, men også for refleksion.

Du står nu på post 16. Hvis du går alle 30 poster, har du gået 2 km.

GPS: 55°41.715'N; 12°33.607'E



Post 17: Center for Kræft & Sundhed

Center for Kræft & Sundhed København blev indviet i 2011, som det første kommunale center, der alene er målrettet rehabilitering af kræftramte borgere.

Centret er opbygget som en række af små huse bundet sammen af et stort skulpturelt tag. Huset er opført af Københavns Kommune og tegnet af Nord Architects.

Inspirationen til Center for Kræft & Sundhed er hentet hos Maggie centrene i Skotland, der fungerer på samme måde som Kræftens Bekæmpelses rådgivningscentre. Bygningen er desuden inspireret af forskningsbaseret viden om helende arkitektur.

Ved at arbejde bevidst med arkitektoniske elementer såsom størrelseforhold, materialer og rummelighed er der skabt en særlig atmosfære i den nye bygning.

GPS: 55°41.747'N; 12°33.662'E



Post 18: Hvidtjørnen

Hvidtjørnen som står her i De Gamles By er – i følge Danmarks Naturfredningsforening - den største og ældste man kender til i Københavnsområdet.

Hvidtjørnen er et langsomt voksende træ med et forholdsvis lille vedtilvækst. Stammen på denne tjørn er usædvanlig kraftig. Træet er blevet vurderet til at være omkring 200 år.

Hvidtjørnen har stået her, siden dette område var en del af Fælleden; et græsningsareal hvor der gik kreaturer dengang Nørrebro endnu var ubebygget. Hvidtjørnen er et klenodie og værd at bevare for Nørrebros historie og for biodiversiteten i byen.

GPS: 55°41.767'N; 12°33.650'E



Post 19: Gamle træer

Skulle man være i tvivl, kan man med et kig på et træ, med det samme afgøre hvilken årstid man befinder sig i.

Gamle træer fortæller desuden historier, der går mange generationer tilbage og giver os daglige oplevelser af skønhed og ro.

Store gamle træer er magneter for en mangfoldighed af liv. Træer er fascinerede og smukke, og de er bolig og forrådskammer for en rigdom af insekter, svampe, mosser, larver og fugle – både som levende, og når de er døde.

Om natten dukker fire forskellige flagermusarter frem fra hule træer, hvor de sover om dagen: brunflagermus, dværgflagermus, troldflagermus og vandflagermus.

Træerne i de Gamles by er ekstra vigtige på Nørrebro, da det er den bydel i København med mindst grønt område pr. beboer: 6 m²

GPS: 55°41.787'N; 12°33.624'E



Post 20: Vilde planter og dyr

Variationen i den levende natur kaldes biodiversitet. Biodiversitetsbegrebet er aktuelt, fordi den voksende befolknings krav på rum og ressourcer, har medført en nedgang af arter.

Der er gode grunde til at give plads til vilde planter i haven. Dyr, fugle og insekter har mange århundreders samliv med de danske landskabsplanter bag sig. Jo længere historie en plante har, jo flere dyr har lært at leve af den.

Det gælder ikke kun om at bevare mennesket, men også om at forbedre forholdene for planter og dyr. Der er mange måder bidrage til at beskytte vores vilde dyr og planter og deres levesteder. Både gennem lovgivningen og ved den enkeltes færden i naturen.

Den nordlige ende af De Gamles By er karakteriseret ved de mange gamle træer og den store indfaldsvej. Hvis du tager en gyngetur i den nye sansegyngende, kan du både høre fuglesang og trafikstøj.

GPS: 55°41.776'N; 12°33.580'E



Post 21: Frøspredning

Som for alt levende, gælder det osse for planter, for træer og blomster, at sprede deres arveanlæg, at formere sig. Planter frø har udviklet et væld af metoder til at brede sig over store områder, væk fra deres ophav.

Frø kan ses svæve i blæsten, båret af vinger eller fine hår. Andre sætter sig i dyrenes pels eller bliver droppet ud efter at have været en tur gennem en fugls indre.

Hvis man lod dele af græsplæner stå, ville de i løbet af kort tid blomstre som den smukkeste eng.

GPS: 55°41.755'N; 12°33.570'E



Post 22: Forfatterhuset

De Gamles By er også børnenes by, både nybyggede og gamle bygninger tages i disse år i brug, til det stigende antal børn, der i dagtimerne er knyttet til området.

Den nyopførte integrerede daginstitution, Forfatterhuset, er et hus, med en unik beklædning i gyldne teglbaguettes, legeplads og tre taghaver, der udgør den daglige ramme for 160 børn.

Facadebeklædningen mimer de historiske omgivelser i røde mursten, men i stedet for at bruge traditionelle vandrette mursten, består facaden af lodrette mursten, som fortsætter rundt om den svungne bygning, og omgiver både have og legeplads.

Der er direkte adgang fra fællesområder til haverum og terrasser. De Gamles Bys store eksotiske træer giver tagterrasserne en helt særlig oplevelse af at stå midt i trækronerne, og giver områder, med både lys og skygge, til leg og ophold.

Forfatterhuset åbnede sommeren 2014 og er tegnet af COBE i samarbejde med PK3 og D.A.I.

GPS: 55°41.737'N; 12°33.502'E



Post 23: Bygningerne G, H og I

De tre beboelsesbygninger G, H, og I, på områdets nordlige del, mod Sjællandsgade, blev opført i perioden 1948-50.

Den oprindelige idé, var en udbygning af plejehjemmene, med en form for beskyttede boliger, hvor de ældre kunne nyde deres alderdom, og nogle stadig udføre arbejde ude i byen. Med eneværelser til de raskeste af beboerne, med fælles spisesal og med en æblehave foran husene.

I dag bor ældre i eget hjem så længe det overhovedet er muligt, og mange af de tidligere ældreboliger benyttes til andre formål.

Bygningerne G, H og I bruges i dag til kontorer for Sundheds- og Omsorgsforvaltning.

GPS: 55°41.710'N; 12°33.469'E



Post 24: Biodiversitet i byen

I søer og havnen, i luften mellem bygninger og veje, i jorden og mellem træernes blade, gror og lever, insekter og planter, blomster og fugle, fisk og alt det andet mellem himmel og jord.

Ved at asfaltere og frisere alle byens åndehuller, begrænses dens biodiversitet.

Lad græsset gro, træerne vokse og gør det muligt for dyr og planter at få vand og lys.

Der er mange muligheder for at skabe bedre plads til vilde planter, dyr, insekter og fugle.



Post 25: Flaget

Dannebrog betyder "Danernes fane" og er verdens ældste nationalflag. Flaget har været i brug siden senmiddelalderen.

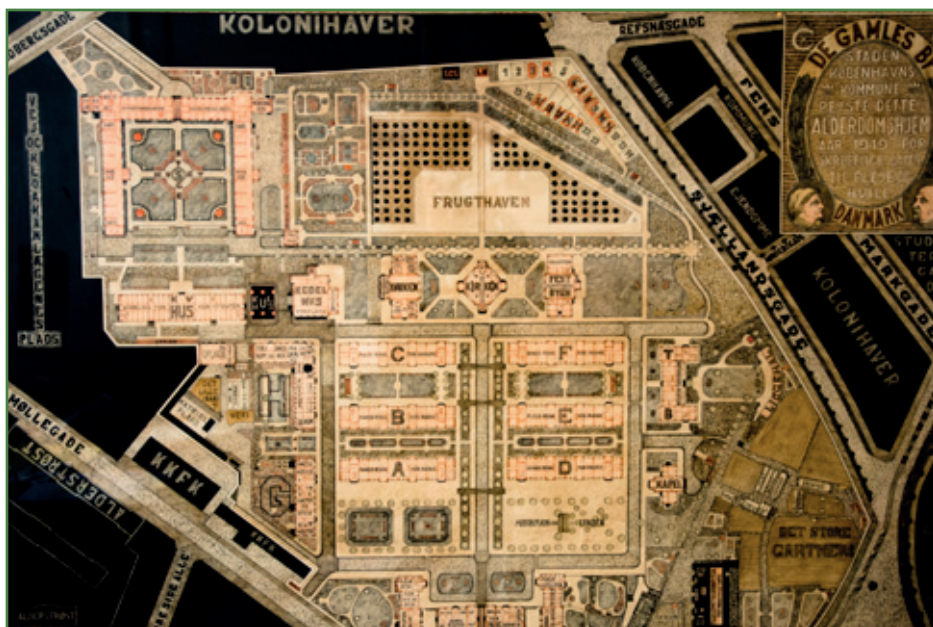
I mange år var Dannebrog kongen og statsmagtens flag, og i 1833 kom der et direkte forbud mod, at private måtte bruge Dannebrog.

I forbindelse med Treårskrigen 1848-51 flagede befolkningen med Dannebrog i sådan et omfang at forbudet blev ophævet i 54.

Flaget bruges den dag i dag af hele befolkningen, som kun få andre steder i verden, både ved festlige, sørgelige og officielle lejligheder.

Der er ingen dansk lovgivning, der direkte regulerer borgernes flagning med Dannebrog, men en række regler på enkeltområder. En udbredt skik er, at flaget først må hejses ved solopgang, dog aldrig tidligere end klokken 08.00 og flaget skal tages ned senest ved solnedgang.

GPS: 55°41.649'N; 12°33.609'E



Post 26: Frugthaven

De Gamles By havde førhen en stort anlagt frugthave. Se billedet, fra ca. 1942, af den store frugthave bag ved De Gamles Bys kirke.

I forbindelse med anlægget af naturoplevelsessti i 2014 er der anlagt en frugthave foran maskinhuset med 24 træer af fire forskellige æblesorter: Ingrid Marie, Discovery, Rød ananas og Filippa.

Ideen er, at bruge æblerne til fester og andre arrangementer, eller bare til at plukke og spise.

GPS: 55°41.623'N; 12°33.573'E



Post 27: Pleje- og Demenscenter Klarahus

Beboelsesbygningen Klarahus blev opført mellem 1957-60. Facaden er udformet ved at fremhæve hvide betonbånd, hvilket giver den det esplanieragtige træk, der danner baggrund for de grønne vækster. Gavlens røde murværk, med reliefmønster, knytter forbindelse til de ældre nabobygninger.

Demenscenter Klarahus blev etableret i 1993, efter en indvendig renovering af bygningerne. Demenscenteret består af to bygninger, som nu er bundet sammen. Pleje- og Demenscenteret har dertil to annekser andre steder i De Gamles by.

Demenscenteret tager udgangspunkt i i Tom Kitwoods særlige teorier om "personcentreret omsorg". Det betyder, at personalet yder respektfuld omsorg og pleje, ved hjælp af indgående kendskab, og en god relation, til den enkelte beboer.

GPS: 55°41.584'N; 12°33.513'E



Post 28: Pil og jordrensning

Alt jord i Københavns Kommune er, som udgangspunkt, defineret som forurenet. Forureningen er ophobet gennem mange år og stammer fra vores omgang med olier og kemi i værksteder og industri, og fra trafikken tidligere udledning af bly.

Der findes forskellige planter, som kan rense jorden for giftstoffer. Det kaldes også for phytooprensning. Traditionel oprensning af jord er dyr og besværlig, derfor udnyttes planterens evne til at rense jorden. Plantemetoden til rensning af forurenet jord er forholdsvis billig, men tager lang tid, mange år. De bedste planter hertil er pil og pengeurt.

Planterne kan dog kun optage begrænsede mængder metaller om året, og derfor vil en fuldstændig oprensning af f.eks. cadmium og zink tage ca. 10-20 år. Planterne virker dog ikke mod bly, som er det tungmetal, der er mest udbredt på forurenede grunde i Danmark.

GPS: 55°41.557'N; 12°33.478'E



Post 29: Grafitti

Ordet *Graffiti* (graffito) stammer fra Italien og betyder en særlig teknik til dekoration af mure.

Graffiti er langt fra et moderne fænomen, det er kendt fra før Kristi Fødsel, f.eks. politiske slagord malet med pensler, eller tidligere tiders tags, hvor folk kradsede deres navne eller signaturer i historiske monumenter.

Graffiti er i dag slagord, kunstværker, billeder og lignende, malet af anonyme på mure, S-tog og facader. Her på væggen maler Furious Styles Crew. Væggen bliver malet ca. en gang om året ved et lille åbent arrangement for Furious Styles Crew, venner og nogle gange andre malergrupper.

GPS: 55°41.547'N; 12°33.469'E



Post 30: Nærgenbrugsstationen

Nærgenbrugsstationen ejes af Amager Ressource Center og betjener beboere med bortskaffelse af mindre mængder affald i lokalområdet.

Amager Ressource Center er en integreret del af byens kredsløb, som omdanner affald til energi, næringsstoffer og nye materialer. Affald er en ressource, da 86 pct. af det affald, der bliver afleveret, bliver genbrugt.

I Københavns kommune kan borgerne gratis aflevere affald på genbrugsstationerne. Erhvervsdrivende skal tilmeldes en erhvervsordning og betale for aflevering.

Mange af de ting der bliver afleveret her, bliver samlet op og får nyt liv i lejlighederne heromkring.

GPS: 55°41.545'N; 12°33.449'E



“Find vej i De Gamles By” er blevet til i et samarbejde mellem Miljøpunkt Nørrebro og Dansk Orienterings-Forbund. Projektet er støttet af Friluftsrådet og Nordea-fonden.

MILJØPUNKT

AGENDA 21 • FOR ET BÆREDYGTIGT KBH



NØRREBRO



Dansk Orienterings-Forbund



Friluftsrådet

NORDEA
FONDEN

Vi støtter gode liv