Servering, overnatting og friluftsliv



Dølerud. Foto: Espen Bratlie

I Østmarka er det flere serverings- og overnattingssteder.

De mest besøkte serveringsstedene er Sandbakken, Vangen, Skullerudstua, Rustadsaga, og Mariholtet. På Vangen som drives som leirskole av Skiforeningen er det også mulig å overnatte.

Turistforeningen har populære, ubetjente hytter ved Øvresaga i Rausjømarka, Huldreheim ved Ramstadsjøen, Bøvelstad ved Støttumfjorden, Fiskelaushytta, Stallen og Røyrivannskoia i Losbymarka, og Dølerud nær Grønmo utfartsparkering.

Hvert år får utallige barn og unge sine første erfaringer med det enkle friluftslivet i Østmarka. Enten det er på fisketur, tiurleik, hengekøyetur, telttur, eller på besøk på en av hyttene, som Dølerud.



Foto: Lars Lindland



Foto: Geir Arne Evje

Hvorfor er Østmarkas Venner viktig?

Både Markaloven og opprettelsen av nasjonalparken var viktige seiere for Østmarkas Venner og alle andre som er opptatt av å bevare skogen.

Men Østmarka er fortsatt under kraftig press. Markaloven fra 2009 har vist seg å ikke gi skogen det vernet den trenger. Det er fortsatt lov å bygge skogsbilveier og andre tekniske inngrep og foreta flatehogst. Vi vet at kommunene rundt Østmarka kommer til å oppleve en kraftig befolkningsvekst de neste tiårene. Det vil øke presset mot naturverdiene kraftig.

Den tydeligste stemmen for å beskytte Østmarka mot nye inngrep



Foto: Frivillighet Norge

Vi er ikke bare en pressgruppe for naturen og det enkle friluftslivet, men tilbyr også:
- Kunnskap om naturverdier og kulturhistorie gjennom medlemsbladet, nettsider, foredrag og guidede turer
- Gjennom opplevelsesturer sprer vi kunnskap om enkelt friluftsliv på naturens premisser

Østmarkas Venner

Postboks 85 Nordstrand
1112 Oslo
post@ostmarkasvenner.no
Org.nr.: 871 278 202

Bli medlem!
Scan QR-koden
eller gå inn på
ostmarkasvenner.no

Slå ring om Østmarka

Østmarkas Venner

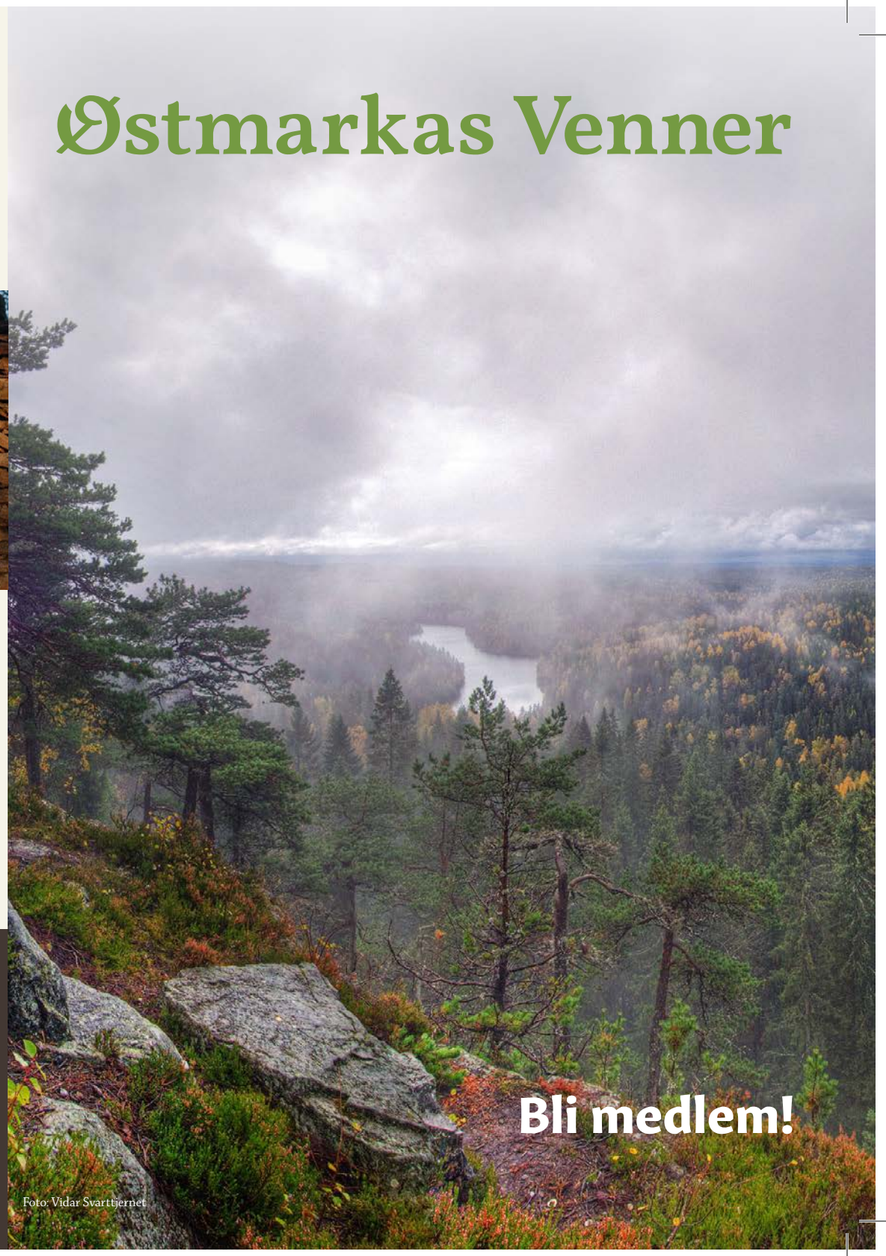


Foto: Vidar Svartbernet

Bli medlem!

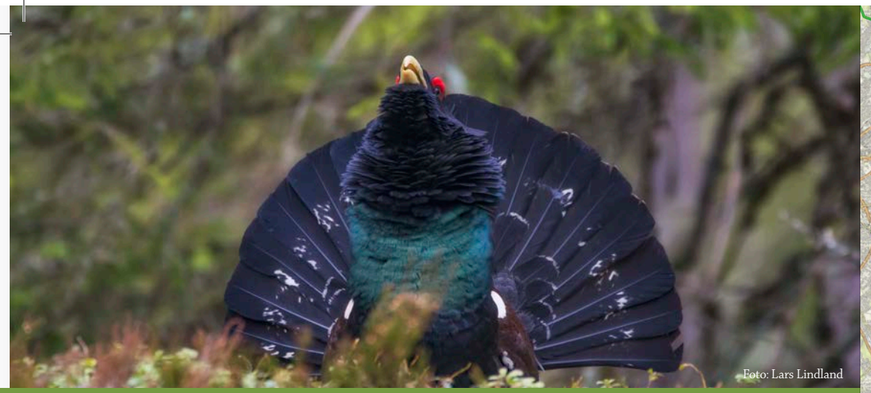


Foto: Lars Lindland

Hvorfor trenger Østmarka en venneforening?

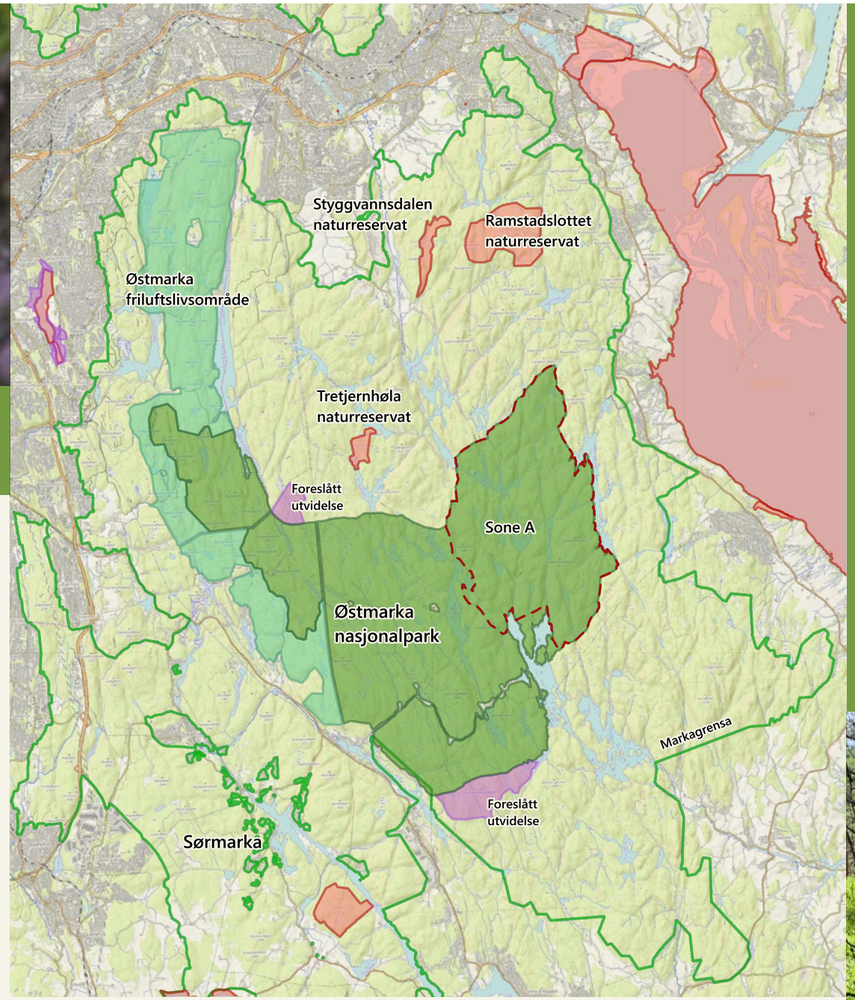
I 2023 ble Østmarka nasjonalpark og friluftslivsområde opprettet. Nå er totalt 80 kvadratkilometer beskyttet mot inngrep som hogst og nye skogsbilveier.

Det ville ikke skjedd uten langsiktig og målrettet arbeid fra Østmarkas Venner, som foreslo nasjonalparken i 2012 og kjempet kontinuerlig for den fram til vedtaket. Skogsområdet sørøst for Oslo er et viktig rekreasjonsområde for befolkningen i Norges tettest befolkede kommuner.
Det er også hjem for et rikt planteliv og en lang rekke dyrearter, som ulv, elg, bever og mange rådyr. Om våren er det full aktivitet på leikene for orrfugl og tiur. I tillegg huser Østmarka et stort biologisk mangfold og mange viktige kulturminner.

Selve nasjonalparken og øvrige verneområder utgjør ikke mer enn en tredjedel av Østmarka. Derfor er det avgjørende at naturen som er så viktig for befolkningen rundt Marka har en aktiv forsvarer. I 60 år har Østmarkas Venner kjempet for å bevare naturen, dyrene og kulturminnene. I samarbeid med andre miljø- og friluftslivsorganisasjoner er vi en pressgruppe som politikere og grunneiere må ta hensyn til.

Men kampen for å bevare Østmarka fortsetter. Det er godt dokumentert i mediene hvordan naturen raseres. Mesteparten av Østmarka står fortsatt i fare for brutal flatehogst, bygging av skogsbilveier og andre tekniske inngrep.

Det gjenstår også mye arbeid i nasjonalparken. Myndighetene skal tilrettelegge for bruk, og vi må passe på at det skjer på naturens premisser.



Mesteparten av Østmarka ligger innenfor den grønne streken, som er grensen for markaloven. De lysegrønne feltene er friluftslivsområder, som gir et sterkere vern enn markaloven. Mørkegrønne felt er nasjonalparken, med planlagte utvidelser i lilla. Det sterkeste vernet har naturreservatene, som er markert med rødt.

Kilde: Naturbase.

Dette bør du vite om Østmarka

Østmarka er omkranset av kommunene Oslo, Lørenskog, Rælingen, Enebakk og Nordre Follo.

Det totale arealet er 245 kvadratkilometer. Av dette er 77 kvadratkilometer vernet som Østmarka nasjonalpark og Østmarka friluftslivsområde. I Østmarka er det også tre små naturreservater; Ramstadslottet, Tretjernhøla og Styggvassdalen på tilsammen 2,9 kvadratkilometer.

I skogen er det 250 kilometer med blåmerkede stier og 400 kilometer rødmerkede skiløyper. Østmarka byr også på noen av Østlandets fineste skøyte- og padlevann.



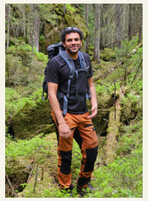
Foto: Østmarkas Venner

Vi trenger medlemmer for å bevare Østmarka

Som medlem i Østmarkas Venner er du en viktig bidragsyter i arbeidet med å ta vare på skogen vår.



Medlemmer får bladet «Nytt fra Østmarka» fire ganger i året.



Du kan også være med på guidete turer, møter og foredrag.

Dersom du vil støtte oss i arbeidet for å bevare Østmarka, kan du gå inn på ostmarkasvenner.no og melde deg inn, eller bruk QR-koden på baksiden.

Medlemskap koster 300 per år for privatpersoner og kr 600 per år for borettslag, bedrifter og organisasjoner. Halv kontingent ved innmelding etter 1. juli, og gratis etter 1. november.