



## 1) FØR SEMINARET – SJEKK UTSTYRET

### Bruk alltid taleanlegg, så alle hører

- Skru på knapp på vegg over skapet på scenen. Skru på håndholdt mikrofon eller bordmikrofon. Sjekk at batteri er satt inn i bordmikrofonen.

### Skal dere vise powerpoint eller annet fra PC

- Koble til PC. Koblingspunkt er sideveggen på scenen
- Skru på projektor, fjernkontroll ligger på skapet på scenen.

### Skal dere spille av lyd

- Vår betjening kobler opp lydanlegget på forhånd, slik at dere kan koble til lyd fra PC etc. *Ta kontakt med kontoret hvis dette ikke er bestilt i kontrakten!*

### Trenger dere penn og papir

- Vi har resirkulerte kladdebøker og kulepennner. Er det tomt? Ta kontakt med kontoret, så fyller vi opp! Vi har også flipover og annet konferanseutstyr til utlån, bare spør oss!

### Luft og varme

- Er det for varmt eller for kaldt? Juster temperatur opp/ned via termostat. Ikke skru av ovnen manuelt! Ta kontakt med kontoret hvis dere trenger assistanse.

## 2) NÅR DERE STARTER MØTET – INFORMER OM FØLGENDE

Trådløst nettverk Nettverket i rommet heter Kaysalen, og passordet er **\*\*\*\*\***. Det har kapasitet til å koble til opptil 50 deltakere

Toaletter Finner dere i andre enden av huset, forbi kafédisken og til venstre.

Miljø Vi kildesorterer rent papir, matavfall og restavfall i rommet. Annet avfall må tas med. Etter møtet kan deltakerne sette brukte kopper etc. på serveringsbordet, og rydde bordene.

## 3) UNDERVEIS I MØTET – HAR DERE SPØRSMÅL OM

Servering? Er det tomt for vann, kaffe etc. så si i fra på kjøkkenet. Da setter de fram mer.

Tekniske problemer? Ta kontakt med kontoret, så kommer vi og hjelper dere!

## 4) ETTER MØTET - TAKK FOR AT DERE RYDDER!

Skru av utstyr – taleanlegg, lydanlegg og projektor varer lengre hvis de skrues av når de ikke er i bruk.

Rydd stolene – de kan henges på bordkanten eller stables, slik at vi får vasket rommet.

Rydd etter dere – slik du selv ønsker å finne rommet. Sorter avfall, sett kopper etc. på serveringsbordet, og sjekk at dere ikke glemmer igjen noe!

Slukk lyset – så sparer vi strøm. Lysbryterne er ved døra.

Mer informasjon om lokalet finner dere på [www.sagenesamfunnshus.no/utleie/kaysalen](http://www.sagenesamfunnshus.no/utleie/kaysalen)



# Noen kjappe fakta om oss!

Vi har tre lyse og hyggelige rom som kan leies til konferanser, møter eller til selskapsbruk. I tillegg leier vi ut ett umøblert rom med tregulv og speilvegg, som er godt egnet til trening og kurs.

## Rimelig, med gode rabatter

Våre lokaler er prisgunstige i forhold til tilsvarende lokaler i Oslo. Prisene varierer, avhengig av størrelsen på rommet, og hvilket tidspunkt rommet skal brukes. Oppdaterte leiepriser finnes på [www.sagenesamfunnshus.no/utleie/leiepriser](http://www.sagenesamfunnshus.no/utleie/leiepriser)

## Sunn og spennende servering

Ingen arrangementer blir riktig vellykket uten god servering. Både konsentrasjon og kreativitet trenger næring i løpet av en intens arbeidsøkt

Nazar café-bar serverer velsmakende og rimelig mat og drikke til alle anledninger, og serveringen tilpasses dine ønsker og behov.

Til møter, seminarer og konferanser på dagtid tilbyr vi egne seminarpakker:

Til selskap og andre arrangementer på kveldstid og i helgen har vi en velsmakende selskapsmeny:

Mange velger Sagene samfunnshus på grunn av den gode serveringen!

## Miljøfyrtårn, vår miljøgaranti!

Sagene samfunnshus og Nazar café-bar er Miljøfyrtårn. Huset har siden 2004 vært sertifisert etter bransjekrav fra stiftelsen Miljøfyrtårn. Vi bruker selvsagt miljømerkede produkter der vi kan, kildesorterer 2/3 av avfallet vårt, og komposterer matavfallet selv. Vi skal være tydelige på vår miljøprofil.

Det er et miljøbevisst valg på bruke Sagene samfunnshus!

## Universell utforming

Sagene samfunnshus er godt tilpasset kravene til universell utforming. Huset har trappeløs adkomst og automatisk døråpner, og hele huset er godt opplyst, slik at også svaksynte kan benytte lokalene. I den største salen har også vi taleforsterkeranlegg med teleslynge, slik at alle kan høre hva som blir sagt.

Alle skal kunne føle seg velkomne på Sagene samfunnshus!

## Helse og trivsel

Sagene samfunnshus huser også Norges største yogaskole, som tilbyr kurs og trening i ulike varianter. I tillegg brukes lokalene til dans for eldre, capoeira, tai chi, qi gong, førstehjelpsopplæring og mange andre kursaktiviteter. Les mer om kurstilbudet på våre nettsider [www.sagenesamfunnshus.no/faste-tilbud](http://www.sagenesamfunnshus.no/faste-tilbud)

## Bydel sagene, Enhet for bærekraft

Sagene samfunnshus drives av bydel Sagenes Enhet for bærekraft. Huset er base for enhetens arbeid med nærmiljøutvikling, samt drift og utvikling av bydelens mange parker og torg. Les mer på [www.bydel-sagene.oslo.kommune.no](http://www.bydel-sagene.oslo.kommune.no)

**Sagene samfunnshus er bærekraft i praksis!**

