

# Godt nytt

INFORMASJON fra Østenstad menighet

Mars 2023



Vil du ha et godt råd?

*Se side 4*

Vandring  
med mening  
– turer fra Østenstad kirke  
*Side 8*

# Innhold:

## Side 4 Vil du ha et godt råd?

Til høsten er det valg – også til menighetsrådet.

## Side 6 Fasteaksjonen – gi et liv med vann!

Rett før påske er det digital fasteaksjon til inntekt for Kirkens Nødhjelp. Alle Østenstads konfirmanter er med.

## Side 7 Babysang i Østenstad kirke

Babysang og felleskap med nybakte foreldre.



## Side 8 Avskjeds-konsert i Østenstad kirke 23. mai

Østenstad Sangeris siste konsert med sin dyktige og avholdte kantor.

## Side 8 Vandring med mening – turer fra Østenstad kirke

Denne våren blir det arrangert formiddagsturer annenhver torsdag fra Østenstad kirke



## Side 9 Bli med på loppemarkedet

Østenstad Y's Men arrangerer loppemarked i Østenstad 21. og 22. april.

## Side 11 Se, anerkjenne og inkludere

Andakt ved Finn Edvin Brøndal

## Side 12 – Frivillig arbeid gir stor glede

Per Trygve Normann har vært aktivt med i Ys Men siden 2001.

Side 5 Kirkeakademiet i Asker

Side 6 Altertavlen i Østenstad kirke

Side 9 Slekters gang

Side 9 Østenstad Y's Mens Club

Side 10 Gudstjenester i Østenstad kirke

Side 10 Sjelesorg – trenger du en å snakke med?

Side 10 Døpsinformasjon



# Side 7 Topp resultat i Østenstad menighetsbarnehage -

## Godt nytt fra Østenstad menighet

utgis av Østenstad menighet, Den norske kirke.

Adresse: Gudolf Blakstadsvei 40, 1392 Vetre  
Telefon: 66 75 40 90  
E-post: [ostenstad.menighet.asker@kirken.no](mailto:ostenstad.menighet.asker@kirken.no)  
Hjemmeside: [www.kirken.no/ostenstad](http://www.kirken.no/ostenstad)  
Kontakt menighetens ansatte på telefon eller e-post via vår hjemmeside

Åpningstid: Mandag - fredag klokken 9-15



... i barnehagen  
... – et godt sted å være

...d menighet

Redaktør: Svein-Ivar Fors  
Utgiver: Liv Ruud (daglig leder)  
Grafisk design: Morten Hjørpsted  
Trykk: Asker Print AS  
Forsidefoto: Svend Aage Madsen  
Opplag: 8000 - fem utgivelser per år  
Abonnement: Gratis.

Frivillige bladpenger: Bankgiro 1620 30 85242  
Ustensjonsabonnement: Kr 100 per år  
Annonser - kontakt oss på telefon 977 78 560

Leder:

## Døden er en del av livet



**Det er blitt vår og naturen våkner til liv rundt oss. Det kjennes naturstridig å snakke om døden akkurat nå, men døden er en del av livet, og mennesker dør og begraves nesten hver dag i Asker. Så la oss snakke om det!**

I 2022 ble 104 innbyggere i Østenstad sokn bisatt i eller gravlagt fra en av Askers kirker eller kapeller, 50 av dem fra Østenstad kirke som etter hvert er blitt mye brukt til dette formålet. Derfor kjenner mange av oss kirken fra begravelser vi har vært i, og ved Asker og Østenstad kirke ligger det vakre kirkegårder dit man gjerne tar turen for å «hilse på» en man fortsatt savner. At døden er en del av livet, er en tung erfaring som mange deler, men midt i krisen og sorgen blir kirkegårdene og kirkebyggene en trygg havn der vi kan finne trøst når det verste har skjedd.

Denne våren lanserer kirkens ansatte et undervisningsopplegg for barneskoletrinnet der vi inviterer til kirkebesøk for å undervise om døden og kirkens begravelsskikker. Dette opplegget matcher ett av skolens kompetansemål der elevene «skal kunne beskrive og presentere noen sentrale rituelle praksiser og etiske normer i kristendom». Gravferd er en «sentral rituell praksis» som kirkens ansatte er spesialister på. Så la oss snakke om døden med barna! Slik kan de få et naturlig forhold til denne delen av livet. Det vil alltid være sorg og utrygghet knyttet til at noen dør. Kirkens undervisning kan minske utryggheten og gi hjelp til å bearbeide sorgen.

Døden er en del av livet, men kirkens tro er at livet er en del av døden: Når vi tar farvel med en av våre kjære, tar Gud imot «på den andre siden.» Kanskje forbinde du kirkebygget mest med død og begravelse, men nå er det vår og snart er det påske. Da er du velkommen til kirken der vi feirer at døden ikke har siste ordet. God påske! ■

**Astrid Sætrang Morvik**  
Sokneprest

# Vil du ha et godt råd?



**KIRKEVALG 11. SEPTEMBER:** – Vi håper du vil stille til valg til menighetsrådet, sier nominasjonskomiteen og menighetsrådet – her representert ved f.v. Karsten Bakke, Kjell Kvamme, Kari Hauge, Per J. Helgebostad og menighetsrådets leder Marianne Riis Rasmussen. – Ta gjerne kontakt med oss! sier de. Foto: Svein-Ivar Fors.

**Til høsten er det valg – ikke bare til kommunestyre og fylkesting, men også til menighetsråd.**

– Menighetsrådet er menighetens øverste besluttsende organ, og består av helt vanlige folk med ståsted i kirken, sier Østenstad menighetsråds leder Marianne Riis Rasmussen.

– Kanskje kjenner du Østenstad menighet godt, kanskje har du lyst til å bli bedre kjent med menigheten og folkene der?

Ved å stille deg til rådighet, har du mulighet til å bli bedre kjent og til å la din stemme bli hørt i menigheten.

– Det er flott med et menighetsråd som er satt sammen av forskjellige mennesker, og kanskje har nett-

opp du de kvaliteter som trengs. Du tenker kanskje at fire år er lang tid, men jeg vil som menighetsrådsleder virkelig anbefale å bli med, det er givende og ikke minst viktig for lokaldemokratiet i kirken, sier Marianne Riis Rasmussen.

## **Hva gjør menighetsrådet?**

Menighetsrådet har normalt 3 møter i kvartalet.

Som medlem i menighetsrådet har du stor innflytelse på de lokale oppgavene og utfordringene i din kirke. Menighetens arbeid spenner over mange temaer – blant annet miljø og rettferdighet, gudstjeneste, musikk, misjon, barne- og ungdomsarbeid, samt jus og økonomiforvaltning.

Rådet velger sin leder og nestleder for ett år av gangen. Det skal velges åtte medlemmer og fem varamedlemmer, så vi trenger minimum 13 frivillige fra menigheten som kan stå på liste til valget som skal foregå 11. september 2023.

## **Kan du tenke deg å stille til valg til Østenstad menighetsråd høsten 2023?**

Til menighetsrådet velges representanter for menighetens medlemmer til å bestemme prioriteringer og retning for Østenstad menighet de nærmeste årene.

Se informasjonsfilm om Kirkevalg i Asker 2023: <https://youtu.be/jnidd4uexUw>

# Rom for deg og din stemme

Det er kirkevalg 11. september 2023. Alle som er medlem i Den norske kirke kan stemme ved Kirkevalget. Her er din mulighet til å bruke din stemme for å skape fremtidens kirke.

**Kirke-  
valget  
2023**

## Kort om Kirkevalget

- Kirkevalget er et demokratisk valg der en velger hvem som skal styre Den norske kirke de neste fire årene
- Det velges representanter til menighetsråd (lokalt), bispedømmeråd (regionalt) og Kirkemøtet (nasjonalt)
- På valgdagen kan du stemme i kirkevalget i nærheten av kommunevalget
- I 2023 kan du forhåndsstemme digitalt fra 10. august til 6. september
- Den norske kirkes medlemmer, født i 2008 eller før, har stemmerett i 2023
- Alle medlemmer over 18 år kan stille til valg.

I Den norske kirke er det rom for deg. Bruk din stemme i kirkevalget.

## Kirkeakademiet i Asker

**Kirkeakademiet i Asker er et forum for dialog, samtale og refleksjon – forankret i kristen kultur og tradisjon slik det kommer til uttrykk i Den norske kirke og andre kirkesamfunn i Norge.**

I sitt arbeid ønsker Kirkeakademiet å bidra til åpen kommunikasjon mellom kirken og samfunnet, utforske krefter som former samfunnet, legge til rette for meningsbrytning både om evige spørsmål og tidsaktuelle problemstillinger i kultur- og samfunnsliv – og gi rom for et stort mangfold av stemmer, også stemmer som uttrykker seg gjennom kunstens forskjellige språk. Kirkeakademiet ønsker at enhver skal bli møtt med respekt for egne meninger og eget ståsted.

### Gratis og uten forpliktelser

Kirkeakademiet i Askers foredrag er gratis og åpne for alle. Kirkeakademiet har ikke medlemmer. Derimot har de en liste over personer som er interessert i å motta informasjon om Kirkeakademiets møter. Enhver som ønsker det, kan stå på den listen, uten at det medfører noen forpliktelse. Send gjerne en e-post til [post@kirkeakademietiasker.org](mailto:post@kirkeakademietiasker.org)

Kirkeakademiet i Asker ledes av et selvsupplerende styre som har disse medlemmene: Mette Blom, Knut Brakstad, Ingun Møgedal Brustugun, Kristin Gunleiksrud

Raaum, Kristin Walstad, med Inge Westly som leder.

### Torsdag 20. april klokken 19.30

kommer prest og forfatter Sunniva Gylver til Holmen kirke og Kirkeakademiet for å dele sine refleksjoner

om «Midt i alt som er – tanker om eksistensiell beredskap i vår tid». Tidligere i år har forfatter og foredragsholder Loveleen Brenna og direktør for stiftelsen fritt for Knut Olav Åmås snakket om «Hva er det i vår tid som former oss»?





Kirkens Nødhjelps fasteaksjon 26. - 28. mars

# HÅP I EN DRÅPE VANN

VIPPS til 2426

 KIRKENS NØDHJELP  
actalliance

## Fasteaksjonen – gi et liv med vann!

For 250 kroner kan du kanskje kjøpe en liten middag ute. Eller en ny sommertopp? Eller, hvis du er tørst, 11 halvlitere med brus.

For samme sum kan du gi et annet menneske varig tilgang til rent vann! Redde og forandre et liv, gi ei jente eller en gutt muligheten til å gå på skole i stedet for å gå en lang dag med tunge vannbøtter.

### Mangler tilgang til rent vann

771 millioner mennesker i verden mangler tilgang til rent vann. 440 millioner skoledager mistes hvert år på grunn av vannrelaterte sykdommer.

Kirkens Nødhjelp har mange års erfaring og kompetanse med å skaffe mennesker i kriser eller fattigdom tilgang til vann. Kirkens Nødhjelp lager brønn i landsbyen, lærer opp lokalbefolkningen til bruk og vedlikehold. De kjører inn vann til mennesker i krigssteder og ved naturkatastrofer.

### Det virker!

De siste 20 årene – før pandemien – ble antallet mennesker i ekstrem fattigdom halvert. Det gikk rett vei! Så kom pandemien og krig og uro, og fattigdommen i verden økte igjen.

La oss snu det tilbake – vi har jo sett at det virker!

### Digital fasteaksjon

Uken før påske vil menigheten arrangere digital fasteaksjon til inntekt for Kirkens Nødhjelps arbeid. Alle konfirmantene våre er med. Vi sender dem ikke dør-til-dør med bøsser i år, da det ofte er blitt langt mellom kontanter i hjemmene. Men – vi har en digital bøsse, via Spleis! Den vil du finne på kirkens Facebook, og konfirmantene sender SMS med link rundt til alle de kjenner. Vær med å sende den digitale bøssa vår rundt! Del Spleisen videre! Gi til en livsviktig sak! Du kan gjøre en forskjell, og samtidig hjelpe årets konfirmanter med å hjelpe! ■

## Fra torner til seier

Altartavlen i Østenstad kirke er laget av kunstneren Terje Grøstad, og henger over alterbordet som et smykke. Det er skåret i tre, malt med gull og hvitt metall.

Vi ser Kristus som henger på korset. Rundt korset henger torne-kronen Jesus fikk presset over hodet, etter rettssak, dødsdom og mishandling. Men se nøye på kran-sen: der den møter korset, foran-

dres den. Tornene blir til blader! Laurbærblader! En laurbærkrans ble gitt seierherren i viktige konkurranser. Eller til den som ble kronet til keiser, konge eller statsoverhode. Da Jesus døde, så det ut som om alt var tapt. Men seierskransen viser oss: Det endte i oppstandelse og nytt liv! ■



# Topp resultat for Østenstad menighetsbarnehage

– Det er gøy å være én av to barnehager i Asker som har oppnådd å få full pott på total tilfredshet i barnehagen i årets foreldreundersøkelse, sier pedagogisk leder Berit Funderud i Østenstad menighetsbarnehage.

– 94 % svarte på undersøkelsen, og samtlige svarte at de er svært fornøyde med barnehagen. Det er vi stolte av. Det ligger mye arbeid bak slike resultater og vi setter stor pris på tilbakemeldingen.

## Glede, glød og tid

– Vi sender hvert år ut foreldreundersøkelsen fra Utdanningsdirektoratet til alle foreldre i barnehagene. Resultatene benytter vi i det videre pedagogiske utviklingsarbeidet, forteller barnehageleder Maria Forvik.

– Vår visjon, som vi ønsker skal prege våre barnehagedager, er **GLEDE – GLØD – TID**, sier Berit Funderud. ■



**TRYGT OG GODT:** I Østenstad menighetsbarnehage er det en stabil gjeng med voksne som hver dag bidrar til at alle barna i barnehagen har et trygt og godt miljø hvor de kan undre seg, utforske og utvikle seg.

# Babysang i Østenstad kirke

– Kom til babysang og opplev fellesskap med andre nybakte foreldre.

Vi synger både kjente og ikke så kjente barnesanger og regler, vi danser og leker, vi lytter og blåser såpebobler, og til slutt tenner vi lys.

Vi møtes hver mandag klokken 12 for en hyggelig sangstund. Deretter er det kaffe og te-servering. Det er mulig å spise matpakke og slå av en prat med andre mens babyene leker på teppet og sosialiserer seg. Tilbudet er gratis.

Vi møtes på følgende mandager denne våren: 27. februar, 6. mars, 13. mars, 20. mars, 27. mars, 17. april og 24. april, sier menighetspedagog Ksenia Yukavskaya.

Kontakt Ksenia på mobiltelefon 907 30 431 for mer informasjon og påmelding. ■



**BABYSANG:** Hjertelig velkommen til deg og babyen din.

Foto: Ksenia Yukavskaya

  
**FARGERIKE  
ASKER**

**RØYKENVEIEN 136A,  
1386 ASKER  
9-18 (15)**

  
**Vollen Marina**

Ledige  
båtplasser

Tlf: 909 75 276  
morten.gjeruldsen@vollen-marina.no  
www.vollen-marina.no

**AR** **AKTIVT**  
**renhold AS**  
Tlf: 67 12 18 17

**vitusapotek+ Vollen**

Arnestadveien 2A, 1390 Vollen  
tlf 66 98 89 00

Vitusapotek Vollen er en del av  
Vikenapotekene AS

**REMA 1000**

GULLHELLA

Bukkemyrveien 4, 1386 Asker  
Tlf: 66 78 12 50

 Krogsveen

**Vurderer du å flytte?**

Snakk med oss og start med en  
uforpliktende verdivurdering.

Eiendomsmegler Krogsveen Asker - Torvveien 1, Asker, Tlf. 66 76 12 00

  
KIRKENS  
FELTARBEID  
I ASKER

**BRA BRUKT**

Knud Askers vei 5  
1383 Asker

Åpningstider:  
Mandag–torsdag kl 10–16



**KORSANG:** I god tid før avskjedskonserten 23. mai – under gudstjenesten på Maria budskapsdag 26. mars – kan du høre Østenstad Sangeri fremføre *Magnificat* av Charles V. Stanford.

## Avskjedskonsert i Østenstad kirke 23. mai

Østenstad Sangeri inviterer til konsert tirsdag kveld 23. mai – den siste konserten med Kristin Hesselberg Meland som kantor i Østenstad kirke.

Konsertprogrammet byr på musikk fra korets 23-årige liv sammen med Kristin.

– Vi skal blant annet framføre Mozart-messen som vi hadde

Allehelgenssøndag 2022, forteller kantor Kristin.

For Kristin Hesselberg Meland blir 27. august hennes aller siste søndag som kantor i Østenstad, og da skal koret selvsagt også være med – men 23. mai er det altså mulig å få med seg den siste konserten med Kristin og Østenstad Sangeri. ■

## Vandring med mening – turer fra Østenstad kirke

Annenhver torsdag denne våren kan alle som vil og har anledning være med på formiddagsturer fra Østenstad kirke.

– Tanken er å kombinere uteliv og felleskap hvor vi setter pris på naturen sammen. I størst mulig grad legges turene til stier rundt om i alle «hundre-meter-skogene» som finnes. Lengden på turene vil være cirka 5-6 km i relativt rolig tempo. Underveis tar vi oss tid til skikkelig matpause. Oppmøte er klokken 11 på parkeringsplassen ved Østenstad kirke og hele turen tar maksimalt tre timer, sier turarrangør Lars Chr. Iversen.

Første tur er torsdag er 11. mai. Mer informasjon kommer på senere tidspunkt. Arrangementsgruppe: Eldbjørg Nåheim Eien, Sidsel Gaukstad Baardsen, Jarle Klungrehaug, Lars Chr. Iversen. ■



Fra Askerelva. Foto: Lars Chr. Iversen



**akasiens**  
BEGRAVELSESBYRÅ  
Asker

*Avskjed med omtanke*

Døgnvakt 66 79 70 80  
[www.akasiens.no](http://www.akasiens.no)

Ring oss for samtale hjemme eller i vår filial i Askerveien 50. Vi er et lokalt, trygt og prisbevisst byrå.



**JOLSTAD**  
begravelsesbyrå

Asker, **66 78 05 33** (24t) [jolstad.no](http://jolstad.no)



**GRAVSTEIN24**<sup>®</sup>  
- en del av Ellingard Gruppen

**VETTRE**  
*elektriske a/s*

T: 66 90 40 63



**Gravsteiner**  
Navnetilføyer • Oppussing

**NORSK KUNSTSTEIN & GRANITT AS**  
[www.nkg.no](http://www.nkg.no) Tlf. 66 90 51 40

Gudolf Blakstadvn 42, 1392 Vettle  
v/Østenstad kirke

**S**  
**GRAVSTENER**  
ASKER - BÆRUM - OSLO

- Distriktets største utvalg
- Flere hundre sten utstilt
- Alle prisklasser, gratis katalog
- Se også vår hjemmeside

**SETTEM**  
**STENINDUSTRI AS**  
Tlf. 67 80 21 00  
Skollerudvn. 135, Lommedalen

[www.settem.no](http://www.settem.no)  
-10% rabatt ved henvisning til annonsen



# Slekters gang

## DÅP

### 4. desember

Ada Inderberg Solberg-Knutsen  
Olivia Demirovic Hansen  
Martin Flå  
Thea Bryn Næss

### 15. januar

Mathilde Bratvedt

### 22. januar

Erling Røed Halaas

## GRAVFERD

### 17. november

Hildur Apesland

### 23. november

Berit Kristiansen

### 24. november

Margretha Elise Barlund

### 25. november

Øyvind Dag Ljosland

### 30. november

Brit Synnøve Bolstad

### 2. desember

Helga Almankaas

Bjarne Skogheim

### 7. desember

Jostein Johnsen

Helge Simenstad

Jan Rune Rønning

### 8. desember

Eva Gregers

### 12. desember

Jorunn Aasebø Gudim

### 14. desember

Jørgen Svarstad Wiborg

### 16. desember

Torbjørn Vidar Thoresen

### 22. desember

Ivar Oftebro

Jan Erik Martinsen

### 23. desember

Dagfin Öfwermann

### 28. desember

Olga Marie Carstensen

### 29. desember

Ola Kaare Bjørnstad

### 4. januar

Karen Elisabeth Vedeler

### 5. januar

Klara Bondevik

### 10. januar

Odd Viktor Granmo

### 12. januar

Lillian Margareth Nilsen

### 13. januar

Jan Oddvar Bech

### 17. januar

Eva Annie Ottem

### 24. januar

Odd Bjarne Kyte

### 25. januar

Torleif Pareli Parsli

Sissel Marie Fjellheim

### 26. januar

Johannes Henrik Hirsch

Joyce Helen Jacobsen Langaard

### 27. januar

Astrid Ingebjørg Kvamme

### 1. februar

Tove Heegaard Halvorsen

Odd Isachsen

Eldrid Synnøve Aashaug Gynnild

### 2. februar

Rolf Miller

### 3. februar

Tore Lars Arstad

### 7. februar

Inger Berit Nielsen

### 8. februar

Vera Chloe Sternang

### 9. februar

Unn Klæboe Faleide

### 10. februar

Lisbeth Helen Høstmark

Jan Fosnæs

## Østenstad Y's Mens Clubs tema- møter våren 2023

### 22. mars

#### Jørn Holme:

#### Hva gjør en riksantikvar?

Jørn Holme er jurist og var fra 2009 til 2018 riksantikvar. Holme er i dag sorenskriver ved Vestfold tingrett.

### 31. mai

#### Lars Christian Iversen: Noen gamle ferdselsårer i Asker – da og nå

Lars Christian Iversen sitter i styret i Asker Turlag og er turlleder for flere av turlagets turer i Asker.

Møtene holdes i peisestua i Østenstad kirke klokken 19-21. På møtene er det i tillegg til foredraget også sang og enkel bevertning. Møtene avsluttes alltid med kveldstanker.



## LOPPE- MARKED

### i Østenstad kirke ønsker lopper

Her er vi igjen med anmodning om å få overta brukbare ting som dere kan tenke dere å bli kvitt.

Send e-post til [meien@online.no](mailto:meien@online.no). Vi kan hente og vi kan ta imot lopper ved kirken etter avtale. Vi tar imot lopper hele året.

**Loppene kan også leveres direkte ved Østenstad kirke tirsdag 18., onsdag 19. eller torsdag 20. april etter kl. 18.00.**

Vi kan ikke ta imot TVer, hvitevarer, sofaer, veggseksjoner, madrasser, dyner/puter eller trimapparater.

**Selve loppemarkedet holdes i Østenstad kirke**

▽ **fredag 21. april kl. 18.00 - 21.00**

▽ **lørdag 22. april kl. 10.00 - 14.00**

Pengene kommer godt med til barne- og ungdomsarbeidet i Østenstad menighet, til Heggedal menighet og til Y's Men's internasjonale hjelpearbeid.

Arr: Østenstad Y's Men's Club

# Gudstjenester i Østenstad kirke 26. mars – 28. mai

Gudstjenestene starter klokken 11.00 hvis ikke annet er angitt. Endringer kan forekomme.  
Les mer om den enkelte gudstjeneste på [kirken.no/ostenstad](http://kirken.no/ostenstad). Offer gis med Vipps: 13115

## 26. mars, Maria budskapsdag Østenstad sangeri

Prest: Audun Vad Petersson  
Offer: Sykehuset i Okhaldhunga  
Søndagsskole

## 2. april, Palmesøndag

Prest: Astrid Sætrang Morvik  
Offer: Østenstad menighet

## 6. april, Skjærtorsdag

Heggedal kirke kl. 19.30  
Prest: Andreas Riskild Øksnes

## 7. april, Langfredag

Meditasjonsmusikk fra kl. 10.40  
Pasjonsgudstjeneste  
Prest: Astrid Sætrang Morvik

## 9. april, Påskedag

Prest: Astrid Sætrang Morvik  
Offer: Det norske misjonsselskap

## 16. april, 2. s. i påsketiden

Gudstjeneste for små og store  
Prest: Audun Vad Petersson  
Offer: Oasis of Hope

## 23. april, 3. s. i påsketiden

Korgruppe fra Østenstad Sangeri  
Prest: Astrid Sætrang Morvik  
Offer: Østenstads kirkemusikalske arbeid  
Søndagsskole

## 30. april, 4. s. i påsketiden

Prest: Audun Vad Petersson  
Dans med en gruppe fra «Dansesonen»

Offer: Kirkens bymisjon  
Søndagsskole

## 7. mai, 5. s. i påsketiden

Prest: Astrid Sætrang Morvik  
Offer: Østenstad menighets arbeid  
Søndagsskole

## 14. mai, 6. s. i påsketiden

Østenstaddagen  
Bibelspill med Østenstad barnekor  
Prest: Astrid Sætrang Morvik  
Offer: Kirkens feltarbeid i Asker

## 18. mai, Kristi himmelfartsdag

Andakt på Vardåsen ved varden kl. 12.00  
Avmarsj fra Gullhella stasjon kl. 11.00  
Prest: Audun Vad Petersson

Trenger du  
en å snakke med?

Sjelesorg er gratis, trygt og tilgjengelig der du bor.  
Finn din sjelesørger på [www.sjelesorgiasker.no](http://www.sjelesorgiasker.no),  
eller kontakt oss på [www.kirken.no/ostenstad](http://www.kirken.no/ostenstad).



## 21. mai, søndag før pinse

Prest: Audun Vad Petersson  
Offer: Østenstad menighets arbeid  
Søndagsskole

## 28. mai Pinsedag

Prest: Astrid Sætrang Morvik  
Offer: Sjømannskirken

## Sjedefred-samlinger

Kveldsbønn annenhver onsdag  
klokken 20.30-21.15.  
29. mars  
12. april  
26. april  
10. mai  
24. mai

# Montér

Asker

## ASKER KROEN

CATERING & EVENT

### Catering

Dåp, bryllup,  
konfirmasjon og  
begavelser mm



Tlf. 66 78 15 03  
[askerkroen.no](http://askerkroen.no)



# Ønsker du dåp?

Meld barnet eller deg selv til dåp  
gjennom [minkirkeside.no/asker](http://minkirkeside.no/asker)



# Se, anerkjenne og inkludere

Andakt av prest Finn Edvin Brøndal

I boken jeg leste for en tid siden, slo forfatteren fast at det var tre verdier som vi må bli møtt med for å ha det godt. Det var å bli sett, anerkjent og inkludert. Lett å være enig i dette. Å bli kastet et blikk på, hjelper ikke. Så det må ligge noe mer i å bli sett. I en lærebok for barneverns- og pedagoger fant jeg igjen de samme

verdiene, men den gav mer innhold til det å se: Når du ser en annen og går vedkommende i møte, skjer berøringen.

Når vi får tenkt oss om, har vi vel også blitt berørt når noen har tatt et tak og hjulpet til med små og store hverdagsproblemer. Når noen i en samtale har lyttet og anerkjent oss, særlig når vi har snakket om det som er vanskelig i livet.

Disse opplevelsen gir oss vekst som menneske, fordi noen har sett meg og brydd seg om meg. Det gir oss også en erfaring på at det finnes mennesker som vil oss vel.

De aller fleste av oss har et ønske om å være andre til hjelp. Men sjenansen og usikkerheten tar lett fra oss handlingsmotet.

En måte å komme rundt usikkerheten på er å begynne med å ta de små skritt. Det kan for eksempel være å følge bestemors lov: Ta noen på fersken når de gjør noe godt! Dette må jo være en av de beste måtene å bli anerkjent på, å bli lagt merke til når vi gjør noe godt.

En som var god til å møte mennesker med godhet og omsorg var Jesus. Vi husker fortellingene om hvordan han hjalp de med helseplager og inkluderte mennesker som sto på utsiden av samfunnet. Han viste omsorg for småbarn og deres mødre, noe som ikke var vanlig på den tiden.

I kirken på søndagene får vi hjelp og inspirasjon til å leve gode liv for hverandre. At vi ønsker å leve gode liv for hverandre har betydningen for mennesker rundt oss. ■

**Sjøstrand Gartneri**  
www.sjostrand-gartneri.no  
tlf 66798824



**Norges hyggeligste priser!**

ENKEL BEGRAVELSE\* **17.995,-**  
VANLIG BEGRAVELSE\* **24.995,-**  
PÅKOSTET BEGRAVELSE\* **29.995,-**

**Alleén**  
Begravelsesbyrå  
- trygt, personlig og verdig



\* Med seremoni. For all informasjon se:  
www.alleenbegravelsesbyrå.no

DØGNÅPEN TELEFON: **224 24 224**

# – Den største gleden er den gleden du ser hos andre



**FAMILIEN ER VIKTIG:** Per Trygve Normann er gift med Karin og har 3 barn og 9 barnebarn som alle har en stor plass i hans liv.

**Per Trygve Normann er frivillig medarbeider i Østenstad. Vi har spurt ham hvorfor det frivillige arbeidet er så viktig for ham – og for så mange andre?**

– Først og fremst er den største gleden ved å være med i et frivillig arbeid den gleden du ser hos andre. Å være med i organisert frivillig arbeid har gitt meg nettverk og gode venner. I en medlemsbasert forening er frivilligheten organisert slik at oppgavene blir fordelt og rullert, forteller Per Trygve Normann.

– Du er aktivt med i Y's Men?  
– Jeg har vært med i Ys Men siden 2001. I Ys Men har vi mottoet «Vi vedkjenner oss den plikt som følger med enhver rett». Som oftest har jeg hjulpet til på loppemar-

kedene, og i noen grad assistert ved møtene, fram til jeg gikk inn i klubbstyret i 2014 og var klubbleder – altså president – i arbeidsåret 2015-16. Deretter var jeg distriktsleder i 2017-18 og leder for Ys Men Region Norge i 2019-20. Som regionleder var jeg også en del av europastyret til Ys Men. Jeg har representert Ys Men på internasjonale konferanser i Estland, Latvia, Russland og Sør-Korea.

– Hvor lenge har du vært frivillig medarbeider i Østenstad?  
– Da vi flyttet til Asker i 1981 begynte våre to eldste gutter umiddelbart i Blakstadspeiderne. Da kom jeg ganske raskt inn i ledergruppa til speidergruppa og var gruppeleder i perioden 1984-88. Senere ble jeg med i en gruppe på tre som drev en ulveflokk i Blakstadspeiderne.

Jeg har også sunget i Østenstad sangeri i en god del år – og i perioden 2005-2015 satt jeg i menighetsrådet. I 1992 var jeg med å stifte Østenstad mannlige turlag sammen med Anders Østeby og Helge Næs. Jeg var også en liten periode med i redaksjonen til menighetsbladet.

– Hva ønsker du å oppnå i det frivillige arbeidet ditt?

– Gjennom organisert frivillig arbeid har jeg alltid hatt trygge rammer rundt mine bidrag.

Organisert frivillig arbeid gir medarbeiderne forutsigbarhet i arbeidsoppgavene og en organisasjon å støtte seg på ved ulike utfordringer. Jeg mener læringspotensialet også er størst og kvaliteten på arbeidet blir best når det står en organisasjon bak som bidrar med støtte på ulike måter. ■