



refleks

Arbeid for
inkludering

Nytt
barnekor

Hele
høstens
program

Refleks nr 4 - 2022
Årgang 52

Redaktør: Geir Endre Kristoffersen

☎ 55 59 71 00

✉ gk676@kirken.no

Produksjon: Dragefjellet Media

Trykk: Molvik. Neste nummer:

22. november, Forsiden: Berit

Hop Grimen på Café Hjerterom.

Foto: Geir Endre Kristoffersen



Refleks er et informasjonsorgan som sendes alle hjem og regnes ikke som uadressert reklame.

Hvem-hva-hvor i Søreide menighet

Menighetskontoret:

☎ 55 59 71 00

✉ soreide.menighet.bergen@kirken.no

Kontortid: Mandag, tirsdag, torsdag og fredag
09.00–15.00

Bank: 1644.25.11768

Sokneprest

Gunnar Mindestrømmen

☎ 900 14 146

✉ gm865@kirken.no

Kapellan

Marte Birkeland Åsen

☎ 994 32 101

✉ ma358@kirken.no

Administrasjonsleder

Vera Botnen

☎ 922 65 068

✉ vb289@kirken.no

Kantor

Per Inge Hove

☎ 97657481

✉ pi232@kirken.no

Menighetspedagog

Rikke Bergflødt-Kvamme

☎ 928 96 886

✉ rb455@kirken.no

Menighetspedagog

Geir Endre Kristoffersen

☎ 936 61 444

✉ gk676@kirken.no

Kirketjener

Ann Kristin Hovland

☎ 454 16 158

✉ ah848@kirken.no

Menighetsrådsleder

Gro I. Klungland

☎ 958 73 493

✉ i_gro@hotmail.com

Støtt kirkens arbeid

Følg oss på Facebook!



«Alle har behov for noe eller noen, og alle har noe å bidra med»

TEKST: Kapellan Marte Birkeland Åsen

Det sies at dersom en glede deles, så blir den dobbelt så stor. Og at om det er en sorg som deles, så blir den halvparten så tung. I min hittil korte karriere som prest, så ser det for meg ut til at dette veldig ofte stemmer. Vi mennesker trenger hverandre til å dele både det fantastiske og det forferdelige. Og alt imellom. Jeg er heldig som jobber så tett på andre mennesker. Det er virkelig et privilegium å få dele så mange små og store stunder med de jeg får være prest for. Likevel, så er det veldig alminnelig. For heldigvis er det veldig mange flere enn bare prester som har yrker, verv, eller som hører til i sammenhenger der det er en selvfølge at vi skal vandre et lite (eller langt) stykke på veien sammen med andre mennesker. Det både gir og tar. Gleder deles, og sorger blir lettere å bære.

Det trengs både øvelse og vedlikehold for å kunne være medvandrere på denne måten. Vi trenger å både gi og ta. Bære, og å la oss bære. Derfor tror jeg ikke vi bør ta medmenneskelighet for gitt.

Det må vedlikeholdes, og deles. Gjennom pandemien, så tror jeg mange av oss kom ut av trening. Det koster mer å bidra til fellesskapet enn det gjorde før. Kanskje er det blitt mer sårbart. I nyttårstalen i januar, så løftet Kong Harald frem at 2022 er Frivillighetens år. Han sa at de svakeste har vært de hardest rammede under pandemien, før han ga oss en skikkelig oppfordring: «I 2022 kan vi alle bidra til å gi frivilligheten et skikkelig løft. Alle har behov for noe eller noen, og alle har noe å bidra med. Slik skaper vi sterke fellesskap».

Det har gått en vinter, en vår, og en sommer siden disse ordene ble sagt. På mange områder, så har vi vært flinke til å brette opp armene og bidra til fellesskapet som vi alle er del av. På andre områder kan vi gjøre mer. Ingen kan gjøre alt, men alle kan gjøre litt. Enten det skjer gjennom kirkens arrangementer, i turnhallen, på fotballbanen eller på speideren. Enten det skjer gjennom innsamlingsaksjoner til krigsrammede fra Ukraina (og fra andre steder), eller i kommentarfeltene etter terrorangrepet mot London Pub i Oslo. «Alle har behov for noe eller noen, og alle har noe å bidra med.» I dåpen kalles vi til å være Guds barn, og til å leve i fellesskap med Gud og hverandre.

Denne bønnen handler om det; om å bruke blikket, føttene og hendene våre for andre:

Siden du har tatt bolig inni meg, håper jeg du tar deg friheten til å kikke ut vinduene, og kanskje se noe som jeg ikke ser.

Fra boken «157 bøinner»,
Luther forlag 2015

Med ønske om en god høst! ●



Nytt barnekor

Endelig kan barn mellom fem og ni år møtes på gøye korøvinger i Søreide kirke! Fra 8. september er det bare å bli med annenhver torsdag.

TEKST: Redaksjonen

Per Inge Hove gleder seg veldig til å spille flygel til livlig barnesang, og menighetspedagog Geir Endre Krisoffersen ser fram til å lede sangen.

– Det viktigste her er ikke å terpe på sangteknikk og stemmeøvelser, men at det skal være gøy og trygt for de barna som er med, sier Per Inge, som i sommer startet i ny jobb som musikalsk ansvarlig i Søreide kirke.

De to musikkglade mennene har begynt å finne fram noter og tekster fra MGP junior og diverse andre steder, og er klare for første øving 8. september klokken 17.00- 17.45.

Det var på initiativ fra foreldre på Knøttesang at barnekolet nå starter opp.

Knøttesang

Samtidig som barnekolet øver i kirkerommet, er det Knøttesang for ett-til fireåringer i huset like nedenfor

kirken. Tilbudet startet opp for ett år siden, og ble raskt et populært møte-sted for småbarnsforeldre og barn. ●

De som vil, kan spise middag i kirken før barnekolet og knøttesangen starter. De samme torsdagene serveres det nemlig rimelig middag mellom klokken 16.00 og 17.00 i kirken. Vil du vite mer om barnekolet og melde på ditt barn, er det bare å klikke seg inn på «Barn og familie» på kirkens nettside.



FOTO: RAWPIXEL

Meditativt samlingspunkt

Hverdagsmessen onsdag kveld er tenkt som et enkelt mediativt samlingspunkt i en travel uke. Det er en enkel gudstjeneste en halvtimes tid der det mest sentrale er at vi feirer nattverd sammen.

I fem år før pandemien har vi hatt hverdagsmesse i kirken hver onsdag kveld kl. 21.00 til 21.30, bare avbrutt av pause i sommerferien. I høst blir det bare hverdagsmesse i en kortere periode, fra 12. oktober til 23. november. Dette blir en «prøveperiode» for å finne ut om det er interesse for at tiltaket skal fortsette.

Alle som ønsker en rolig stund med åndelig påfyll, er hjertelig velkommen. ●



Åpne rom for tweens

Så å si hver torsdag er huset nedenfor kirken åpent for barn fra 5., 6. og 7. klasse etter skoletid.

TEKST: Geir Endre Kristoffersen

Der blir det lek, konkurranser, litt mat og mulighet for leksehjelp. En videofilm til samtale blir det også tid til.

Når man fortsatt er barn, men nærmer seg ungdomstiden, er det bra å ha trygge steder å møte andre på samme alder. I kirken kan tweens – de som er litt midt imellom barn og ungdom – møtes på fritidsklubben Café 19 en fredagskveld i måneden, og på møtestedet Etter skoletid nesten hver torsdag. En torsdag

i måneden møtes 5. klassingene som er Juniorkonfirmanter, i ungdomslokalet, mens alle tweens er velkommen dit alle de andre skoletorsdagene. Da får man toast fra en egen toast-meny, det blir leker og konkurranser, og det blir tid til å bare være sammen med andre på samme alder.

Hvis foreldre har appen Spond, kan man se når det er Etter skoletid og si ifra om barnet kommer. Man finner Etter skoletid ved å bruke koden EXUZN. ●

Babysang!

Hver torsdag formiddag er det babysang i kirken. Har du lurt på om du skal være med på det? Eller kanskje kjenner du noen som bør vite at vi har babysang?

TEKST: Rikke W. Bergflødt-Kvamme
FOTO: Geir Endre Kristoffersen

Kanskje lurer du på hva babysang er? Det er lett å tenke at dette er en tjue minutters koselig sangstund i kirken. Det stemmer jo. Men det er også veldig mye som skjer disse minuttene.

Babysang er en stor samling av sanseinntrykk for barnet. Det er kontakten som oppstår mellom forelder og barn, auditive inntrykk, stemmebruk, stemmeutforskning, bevegelse, synsinntrykk, taktile inntrykk, sosialisering og vibrasjoner fra flygelet. Babysang er ikke bare sang, det er en lang

liste av opplevelser. Når de siste sangene er sunget og babysangen er over, inviteres det til vafler og sosialt samvær i menighetssalen.

Denne stunden har vist seg å være like viktig som sangstunden. Her har man med lunsj og spiser sammen. Det snakkes fritt om permisjonslivet og gleder og bekymringer ved det å være foreldre. Erfaringer deles rundt bordet, der noen er førstegangsførelse, mens andre har mer erfaring som foreldre.

Det koster 200 kroner å være med på Babysang, og babyen får et eget rytmeinstrument og en sangbok. ●



Vil du eller noen du kjenner være med på babysang, er det lurt å sjekke ut Facebook-siden «Babysang i Søreide kirke» eller komme innom kirken en torsdag kl. 11.00.



Ny dag for middag i kirken

Mange har savnet det populære møtestedet rundt middag i kirken fra før pandemien. Nå er det tid for å samles rundt bordene igjen, men fra nå av på torsdager.

Annenhver uke (i partallsuker) serveres en rimelig middag i kirken mellom klokken 16.00 og 17.00. Dørene åpner 15.45, og man kan komme og gå som det passer. Mens middagen blir servert, er det enkle aktiviteter og spill tilgjengelig for barn og matter og babyleksaker for de aller minste.

Si gjerne ifra i god tid om noen har spesielle behov med tanke på allergener. Sjansen er stor for at alle liker det som serveres! ●



FOR ALLE: I Søreide kirke legges det til rette for at alle skal kunne være med og føle seg inkludert.

ARKIVFOTO

Søreide først ute med inkluderingssertifisering

Søreide kirke er den første menigheten i landet som har fullført KABBs kurs om universell utforming og individuell tilrettelegging. - Vi må kunne ta imot absolutt alle som kommer inn i kirken, sier menighetspedagog Rikke Wilhelmine Bergflødt-Kvammen.

TEKST: Gyrid Cecilie Nygaard

For å få sertifisering må alle i staben ha tatt web-kurset 100%MED. Dette kurset er laget av KABB (Kristent arbeid blant blinde og svaksynte) og har ti moduler som kommer innom alt fra psykisk helse til bevegelseshemming.

Et godt sted for alle

Intensjonen med kurset 100% MED er å skape et godt sted å være, for alle. Inkludering handler både om universell utforming og individuell tilrettelegging. I gjennomgangen av kurset får man innsikt i ulike funksjonsutfordringer og forskjellige behov.

– Hvordan kan vi tilrettelegge for at alle er inkludert på best mulig måte? Vi har brukt mye tid på å snakke om og fokusere på dette i Søreide, forteller menighetspedagog Rikke Wilhelmine Bergflødt-Kvammen.

I løpet av sommermånedene har hele staben i Søreide tatt kurset, og blir nå sertifisert som første menighet i landet.

Må føle seg trygge

– Vi må kunne ta imot absolutt alle som kommer inn i kirken. For eksempel skal foreldre kunne føle seg trygge på at nettopp deres barn blir ivaretatt på den beste måten den tiden barnet er på et arrangement i regi av kirken. For å kunne leve opp til dette,

Rikke W. Bergflødt-Kvammen.
FOTO: REIMERS



er det viktig at vi får god nok kunnskap, forklarer Bergflødt-Kvammen.

Fungerende kirkeverge i Bergen, Arne Tveit, gratulerer menigheten med sertifiseringen.

– Kirken i Bergen er opptatt av at alle skal være velkommen i kirken, både gjennom fysisk tilrettelegging og gjennom ulike integreringstiltak i menighetene. Vi er stolte over det staben i Søreide har gjennomført. ●

Letekryss 4/22



Det skjer mye forskjellig i Søreide kirke. Her har vi listet opp noe av det, som du finner igjen i letekrysset. Ett av ordene er ikke der. Det er løsningsordet!

- Babysang
- Barnekor
- Cafe Hjerterom
- Diakonattet
- Etter Skoletid
- Gudstjeneste
- Jubilate
- Knøttesang
- Ledertrening
- Mannskor
- Middag
- Søndagsskole
- Tid for tro
- Tweensklubb

Send e-post med løsningsord og ditt navn innen 16. oktober til soreide.menighet.bergen@kirken.no og bli med i trekningen av et gavekort fra Domino's Pizza på Kokstad.

R	Å	M	C	L	E	B	L	E	Å	V	B	E	W	Å
D	O	R	I	W	Å	I	W	A	Å	A	F	T	P	J
I	Å	K	K	D	R	T	M	Y	T	K	G	A	D	Å
A	Ø	T	S	M	D	M	I	N	K	U	V	L	V	O
K	Å	L	L	N	E	A	E	D	D	Y	P	I	L	A
O	B	M	V	R	N	K	G	S	F	V	T	B	H	W
N	V	Å	N	Å	O	A	T	I	S	O	Y	U	U	N
A	R	F	B	R	Ø	J	M	Å	E	Y	R	J	Å	N
T	R	E	T	T	E	R	S	K	O	L	E	T	I	D
E	B	V	G	N	A	S	E	T	T	Ø	N	K	R	W
T	L	L	E	D	E	R	T	R	E	N	I	N	G	O
N	O	S	F	B	B	U	L	K	S	N	E	E	W	T
D	T	N	W	V	Ø	G	N	A	S	Y	B	A	B	A
E	S	Ø	N	D	A	G	S	S	K	O	L	E	B	A
M	O	R	E	T	R	E	J	H	E	F	A	C	C	L

Totto's Gullsmie

Blomsterdalen Senter
tlf. 55 99 14 24
post@tottos.no

Mellom hvert menighetsblad...
følg med i

Fanaposten

Tlf.: 55 11 80 10
Fax: 55 11 80 11

Hver fredag: Kunngjøring om gudstjenester i Fana prosti. E-post: sylvi@fanaposten.no



Abbedissen
begravelsesbyrå as



BYRÅVEI SESBYRENS FORUM

Fyllingsdalen Døgnvakt 55 15 40 90
Åsane Døgnvakt 55 25 31 00

TILLITEN TIL OSS VIL BLI GODT IVARETATT

www.abbedissen.no

Fanatorget Blomster

Vakre blomsterhilsener leveres i hele Bergen

Aurdalslia 12 - 5253 Sandsli - 55 22 65 10



Gravferdshjelpen



Vi kan hjelpe til med rådgivning og tilrettelegging ved begravelser og bisettelser.

Døgnvakt 55 27 28 29
www.gravferdshjelpen.no
Hagerupsvei 32X
5093 Bergen



Minnegudstjeneste på allehelgensdag



Søndag 6. november feirer vi allehelgensdag i alle landets kirker. Også i Søreide kirke vil vi markere denne dagen.

TEKST: Gunnar Mindrestrømmen

De siste årene har vi invitert pårørende til alle som har gått bort siste året og som tilhører Søreide menighet. Navnene på de avdøde blir

lest opp, og det blir tent lys til minne for hver enkelt.

Også i år blir det sendt ut invitasjon. Gudstjenesten er åpen for alle og alle er hjertelig velkommen enten man er pårørende eller ikke. Det kan hende at

vi ikke når ut til alle som tenker at de skulle vært invitert. Om noen ikke har fått invitasjon og ønsker at navnet på deres avdøde blir opplest, kan dere gi melding om det i forkant av gudstjenesten. ●

Aktiviteter i Søreide menighet

Babysang

Hver torsdag kl 11.00.
Se side 4.

Café Hjerterom

Formiddagstreff med vafler. Torsdager kl 10.45 – 12.30.

Etter skoletid

5.-7. klasse. Torsdager kl 13.30 - 16.00. Se side 4.

Middag i kirken

Annenhver torsdag (partallsuker) kl 16.00 - 17.00.
Se side 4.

Barnekor

5 – 9 år: Annenhver torsdag (partallsuker) kl 17.00 – 17.45. Se side 3.

Knøttesang

1 – 4 år m/forelder. Annenhver torsdag (partallsuker) kl 17.00 – 17.45.

Café 19

Fritidsklubb 5.-7. klasse
- Fredag 9. september,
- Fredag 7. oktober,
- Fredag 4. november og
- Fredag 25. november
Kl 19.00 – 21.00.

Jubilate

Kor for voksne. Annenhver mandag (oddetallsuker) kl 18.30 – 20.30.

Mannskoret på Søreide

Annenhver tirsdag i partallsuker kl 19.30 – 21.30.

Diakonater

Andre mandag i måneden kl 12.00.

Juniorkonfirmanter (5. klasse)

Torsdag 22. september og torsdag 17. november kl 14.30 – 16.00.

MiLK – ledertrening

- Tirsdag 27. september,
- Onsdag 26. oktober
- Onsdag 9. november
kl 16.30 – 18.30.

Seniorsøndag

Gudstjeneste og eldrefest 16. oktober kl 11.00.

Gospelmesse

Søndag 20. nov. kl 11.00.

Den største skatten

Sjørøverfest (5 år). Fredag 4. nov. kl 13.00 – 14.30.

Tid for tro

Tirsdag 20. september:
- *Hvilken Gud tror vi på?*
Gunnar Mindestrømmen.
- Tirsdag 18. oktober:
Hva satte Jesus i gang?
Eiel Holten.
- Tirsdag 22. november:
Stillhet i rastløshetens tid.
Trygve Danielsen
Alle dager kl. 19.00 – 21.30.

Lys våken

Overnatting i kirken for 6. klassinger. Lørdag 26. november - søndag 27. november.



Bufetat

Kan du hjelpe et barn eller en ungdom som har det vanskelig?
Nå er det behov for flere fosterhjem i ditt nærområde.

Den norske kirke samarbeider med Fosterhjemstjenesten i Bergen om å finne fosterhjem.

Mer informasjon om fosterhjem på

fosterhjem.no

MENIGHETSKALENDER

Livets gang

Døpte

Gustav Vabø Hansen
Arinbjørn Vabø Ones
Mathilda Blom Fauskanger
Amelia Olufsen Higrav
Albert A. Higrav-Anderssen
Lily-Sofia Rojas
Hans Johan Hellestø Teig
Oliver Heimdal Vist
Nova Von Essen Grimstad
Gustav Eidnes Pontes
Troy Cilas Oldereid
Ludvig Sivertsen Grevle
Emmet Kristiansen
Sofie Rye Andersen
Jens J. Bratland-Ringstad
Jacob Hammersland
Ayla Karin Frafjord Eide
Alva Hermansen Bjørneset
Erik Przybylak Ringheim
Julia Przybylak Ringheim
Wilhelm Årdal Strid
Ingeborg Herdlevær Aase
Emma Nordvik
Milea Waage Skimmeland
Eline Christiernin Taule

Dødsfall

Agnes Margrethe Jordal
Laila Tollefsen
Knut Oskar Espevik
Erik Rasmussen
Ståle Foss
Nils Ragnar Askeland
Ruth Trudel Skagen
Borghild Solveig Fonn
Liv Berit Kirkeluten
Bjarte Lundvang
Astrid Rohde Lund
Liv Oda S. Hagbartsen
Nils Veka
Hjørdis Irene L. Abelsen
Bertel Christensen
Johan Nilsen Helgsen

Gudstjenester

Søndag 4. sept. kl 11.00
Gudstjeneste v/Birkeland Åsen.
Offer: Sjømannskirken.

Søndag 7. sept. kl 19.00
Kveldsgudstjeneste for konfirmanter v/Birkeland Åsen.

Søndag 11. sept. kl 11.00
Gudstjeneste for små og store v/Mindestrømmen. Offer: MF vitenskapelig høyskole.

Lørdag 17. september
11.00 og 13.00: Konfirmasjon v/Birkeland Åsen. Offer: Menighetens arbeid.

Søndag 18. sept. kl 11.00
Konfirmasjon v/Birkeland Åsen.
Offer: Menighetens arbeid.

Lørdag 24. september
11.00 og 13.00: Konfirmasjon v/Birkeland Åsen. Offer: Menighetens arbeid.

Søndag 25. sept. kl 11.00
Konfirmasjon v/Birkeland Åsen.
Offer: Menighetens arbeid.

Søndag 2. okt. kl 11.00
Gudstjeneste v/vikar. Offer: Kristen Idrettskontakt – KRIK.

Søndag 9. okt. kl 11.00
Gudstjeneste v/Birkeland Åsen.
Offer: Menighetens arbeid.

Søndag 9. okt. kl 19.00
Ungdomsgudstjeneste v/Birkeland Åsen.

Onsdag 12. okt. kl 21.00
Hverdagsmesse v/Mindestrømmen.

Søndag 16. okt. kl 11.00
Gudstjeneste v/Birkeland Åsen.
Offer: Menighetens diakonale arbeid. Seniorsøndag.

Onsdag 19. okt. kl.21:00
Hverdagsmesse vMindestrømmen.

Søndag 23. okt. kl 11.00
Gudstjeneste for små og store v/Mindestrømmen. Offer: Menighetens arbeid. Høsttakkefest.

Onsdag 26. okt. kl 21.00
Hverdagsmesse v/Danielsen.

Søndag 30. okt. kl 11.00
Gudstjeneste v/Mindestrømmen.
Offer: Misjonsalliansen. Søndagsskole.

Onsdag 2. nov. kl 21.00
Hverdagsmesse v/Mindestrømmen.

Søndag 6. november
11.00: Gudstj. v/Mindestrømmen og Birkeland Åsen: Offer: Menighetens arbeid. Minnegudstjeneste.
19.00: Ungdomsgudstjeneste v/Birkeland Åsen.

Onsdag 9.nov. kl 21.00
Hverdagsmesse v/Mindestrømmen.

Søndag 13. nov. kl 11.00
Gudstjeneste v/Birkeland Åsen.
Offer til: Stømmestiftelsen. Søndag for forfulgte. Søndagsskole.

Onsdag 16. nov. kl 21.00
Hverdagsmesse v/Mindestrømmen.

Søndag 20. nov. kl 11.00
Gudstjeneste v/Mindestrømmen.
Offer: Men. arbeid. Gospelgudstjeneste, med Søreide mannskor.

Andre aktiviteter

Aktivitetsskalendar: side 15

Har du lyst til å syng i kor?

Koret Jubilate har eksistert i Søreide menighet sammenhengende siden 70-tallet.

Det er et kor for personer i alle aldre og på alle musikalske nivå. Koret er en aktiv del av Søreide menighet som opptrer på gudstjeneste og med egne konserter. Koret har også et godt samarbeid med politikoret i Bergen. Denne høsten planlegges blant annet en konsert i Søreide kirke i samarbeid med Paradis Big Band.

Har du lyst til å være med i et trivelig og godt musikalsk fellesskap, så har koret god plass til nye medlemmer. Koret øver annenhver mandag kl.18.30-21.00. For nærmere informasjon ta kontakt med korets leder Torbjørn Damm 909 15 09 - to-dam@online.no

Vil du være med og bidra?

Tusen takk til alle som vil gi et månedlig beløp til barne- og ungdomsarbeidet i Søreide menighet!



Finne alt du trenger for å komme i gang under GIVERGLEDE på www.soreidekirke.no eller gå rett til skjemaet ved å holde mobilkameraet over QR-koden til høyre.



Følg oss på Facebook!
www.facebook.com/SoreideKirke