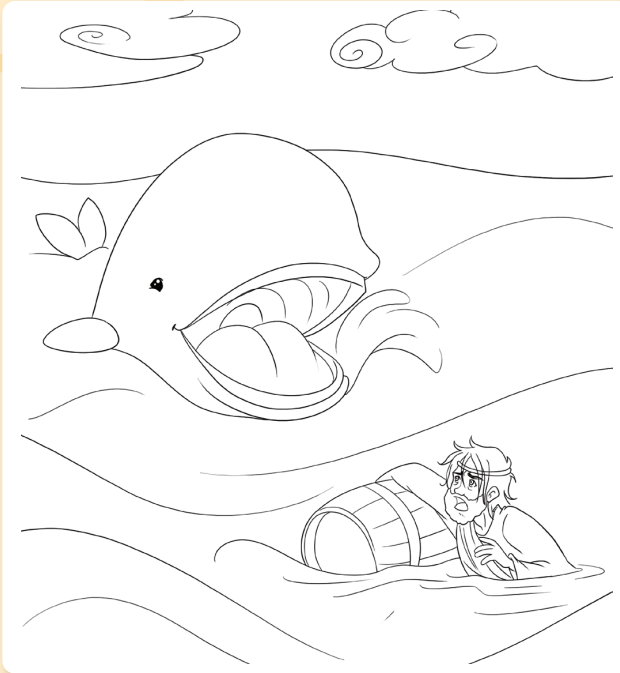


## Fargelegg!

Jona ble kastet over bord fra en båt, og ble slukt av en hval!

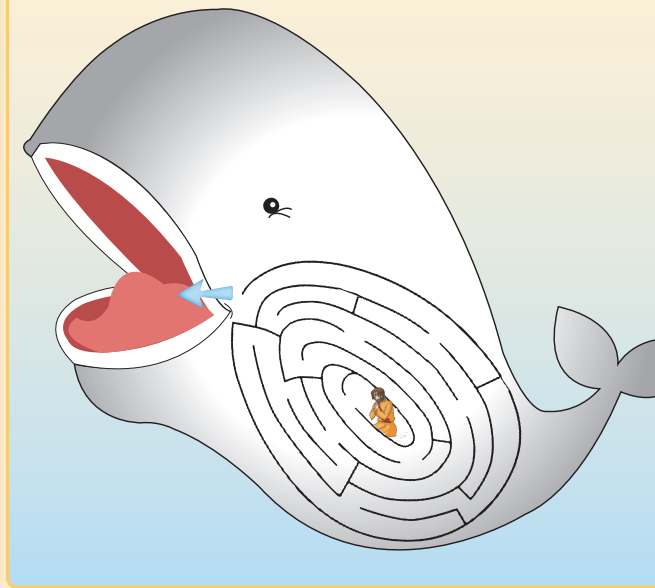
Tegning: Chiara Bertelli



## Hjelp Jona ut av hvalen!

Kan du hjelpe Jona å finne veien ut?

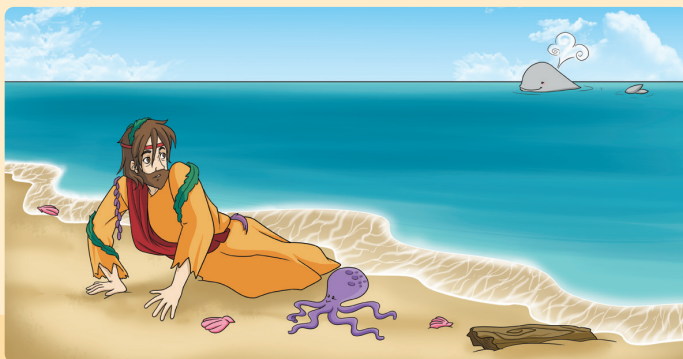
Tegning: Chiara Bertelli



## Finn 5 feil

Tegning: Chiara Bertelli

De to bildene er nesten like. Finner du de fem feilene på bildet under?



Gi barnebladet  
**BARNAS** til et barn  
du er glad i!

Disse oppgavene  
er hentet  
fra bladet.

Bestill  
abonnement

på [sondagsskolen.no](http://sondagsskolen.no)  
eller **22 08 71 00**



## VITSER

Gamle Tobias hadde kjørt bil i alle år. Nå hadde han fått seg nye briller, og kom skjelvende hjem til kona.  
– Før jeg fikk disse brillene gikk alt så bra i trafikken. Men nå kommer jo bilene fra alle kanter!

Det var høst i Edens hage. Plutselig kom et fikenblad virvlende i vinden.  
– Se Adam, ropte Eva.  
– En usynlig mann!

# Menighetsbladet

SKI OG KRÅKSTAD

NR 2 • 2020



## Da kirken gikk online

■ Kirkerommet ble byttet ut med hjemmekontor for prost Sven Holmsen da koronaviruset snudde opp ned på hverdagen for menighetene i Nordre Follo. Her filmer fru Anne Lise Holmsen prosten som gjør seg klar til en andakt på Facebook.

■ Kirken i Ski åpnes gradvis, men lenge var prekestolen byttet ut med ipad og mobiltelefon. Temaet i dette nummeret er det som skjedde da kirkene ble stengt og de ansatte måtte tenke nytt for å gjøre jobben sin. 📧 Se sidene 2,3,4,7,9 og 11





**Hans Erik Matre,**  
redaktør for dette nr.  
av Menighetsbladet

## Velkommen tilbake

De siste ukene har flere enn vanlig deltatt på gudstjenester og kveldssamlinger i Ski nye kirke. Merkelig nok. For kirken har vært stengt.

Kirken gått digitalt. Gudstjenester, salmesang og kveldssamlinger har bare vært noen tastetrykk unna. Det har ført til at mange som synes terskelen kan bli litt høy under en høymesse søndags formiddag i stedet har hentet fram en I Pad eller PC og satt seg til rette i sofaen – for å lytte og delta. Noen har fått med seg litt, andre det meste.

Opplevelsen er kanskje ikke den samme utenfor kirkerommet, men budskap og innhold er til å kjenne igjen.

Kirkens kommunikasjonsfolk sier at det ikke bare i Ski at flere enn vanlig har oppsøkt kirken når det har vært mulig å gjøre det på nett. Det samme skjer over hele landet.

Kanskje er dette en utfordring til kirken å se om kirketerskelen kan slipes enda lavere? Og kanskje kan dette være en utfordring til deg som nå har opplevd noe positivt i møte med den digitale kirken til å ta sjansen på et besøk i det virkelige kirkerommet – når det nå åpnes igjen.

Mange nordmenn har for vane å besøke kirker når de er langt hjemmefra. Særlig er det flott å sitte stille å meditere når kirkeorgelet spiller opp.

Også Ski nye kirke er åpen til hverdags. Stikker du innom kan du til og med risikere å oppleve kantor Ulf Krupka spille gjennom søndagens salmer! Ski nye kirke er ingen europeisk katedral, men det er i det minste et av Skis vakreste rom. I normale tider er det dessuten aktivitet der hele uka – for store og små.

Og innholdet i en gudstjeneste er det samme både digitalt og analogt. Mer om den digitale kirken i dette nummeret av menighetsbladet

*Hans Erik Matre*

# Plutselig var alt snudd på hodet

Da pandemien brøt ut, var det mange som måtte snu seg kvikt rundt og tenke nytt og kreativt. Kirken var ikke noe unntak.

Vi har snakket med fire medarbeidere i Ski menighet, soknepresten, diakonen, kanten og kateketen, som alle fikk hverdagen snudd opp ned.

Bruken av digitale plattformer har vært helt avgjørende, mener de alle. Og det var en bratt læringskurve. Digitale kommunikasjon er ungdommens språk, de er godt kjent med plattformer og apper. Men for mange eldre er ikke er den digitale hverdagen like innarbeidet. Men også disse skulle kirken nå.

Nå er situasjonen i ferd med å normaliseres, og lite kan erstatte den direkte kontakten mellom mennesker, sykebesøk og hjemmebesøk ansikt til ansikt eller gudstjenestefellesskapet i kirkerommet.

**Sokneprest Johannes Ulstein** sier at dette har vært det mest dramatiske i hans prestetid.

- At gudstjenester på nett skulle så brått bli aktualisert, var jeg ikke forberedt på. Heldigvis har sørgesamtaler fortsatt som før, bortsett fra at disse ikke tas i hjemmet, men i kirken. Noe av det som blir stående, er at kirken må bli bedre til å kommunisere på nye måter. Det er utfordrende, forbedringspotensialet er stort, men situasjonen har tvunget oss til å gå nye veier. Nå har vi benyttet nettet mye mer aktivt enn



tidligere, som til ukentlige stabsmøter, og prosten har møtt sine prester i prostiet på nett. Vi tar med oss videre at nettet når et bredere publikum, samtidig krever det at vi må tilpasse vårt budskap og skreddersy det for plattformen, sier Johannes Ulstein.

**Kantor Ulf Krupka** er kanskje den av de fire som har vært minst berørt, bortsett fra at han ikke kunne spille på gudstjeneste.



- Jeg har vært i kirken daglig og øvd på orgel og klaver og benyttet tiden til å komponere melodier, sier Krupka, som også har bidratt til å spille inn syv korte andakter og en søndagsgudstjeneste. Han har også hatt løpende nettkontakt med koret Ski-Mix.

- Jeg er glad for at noe har vært noenlunde normalt, blant annet har begravelser gått sin gang, med samme liturgi, solister og salmesang. Men det har vært utfordrende for familie og pårørende at så få har kunnet være til stede i begravelser og bisettelser, sier Ulf Krupka.

**Diakon Unni Merete W. Langen** er særlig opptatt av dem som ikke er på nett, og i denne gruppen er behovet for hjelp og diakonal oppmerksomhet ekstra stort.

- Vi har en egen telefonringeliste, og både diakonimedarbeider Anne Sture, prestene og Diakoniutvalget har sammen med meg ringt rundt, samt at vi har sendt kort og hilsener. Vi har virkelig oppdaget hvor viktig telefonen. Jeg bruker den aktivt til



«hjemmebesøk» og kontakt med enkeltpersoner, sier Unni Merete, som kaller det «telefondiakoni».

- Dessuten sender jeg videohilsener til folk jeg ikke kan besøke. Én ting er at vi ikke møter mennesker som trenger besøk, men langt verre, og vemodig, er det når pårørende ikke har kunnet besøke sine kjære på sykehjem, sier hun.



Også **kateket Lene Beate Østerås** har vært sterkt berørt av at et nedstengt samfunn. Ikke minst har dette gått ut over konfirmantarbeidet. Den planlagte konfirmantsamlingen måtte dessverre avlyses, det samme gjelder konfirmantleiren i mai/juni.

- Vi ønsker å fortsette undervisningen ved bruk av et utarbeidet digitalt verktøy, «Nettkonfirmant». Konfirmasjonen i Kråkstad er utsatt til 29.-30. august. I Ski er den lagt til 12.-13. september. Mye aktivitet har stoppet opp, som Supertorsdag og annet barne- og ungdomsarbeid, sier Lene Beate, som også ser lyspunkter:

- Ten-sing har møttes digitalt. Konfirmantene deltok i Kirkens Nødhjelps årlige innsamlingsaksjon med en «digital bønneaksjon», som ga hele 110.000 kroner. Tidligere år har beløpet ligget på om lag kr. 70.000 forteller Lene Beate Østerås.

tekst Dag Briseid



Lars-Petter Bjørnstad (tv) og Per Johan Brookfieldt er menighetens ungdomsarbeidere.

## Ungdomsarbeid i koronaens tid

**Hvordan har det vært å drive barne- og ungdomsarbeidet når man ikke kunne samles?** Ungdomsarbeiderne Lars-Petter Bjørnstad og Per Johan Brookfieldt og kateket Lene Beate Østerås forteller hvordan de har jobbet de siste ukene.

- De fleste aktivitetene har gått sin gang, det er faktisk ikke så mye som har vært satt på vent. Vi har blant annet hatt digitale Ten Sing-møter hver onsdag. Vi har hatt video-samtaler og snakket sammen og hatt aktiviteter rundt et nytt tema hver uke. Det

har vært vanskelig å finne aktiviteter som lar seg gjennomføre for alle gjennom videosamtaler, men Kahoot, 20 spørsmål og mimeleken har slått godt an, sier Bjørnstad og Brookfieldt.

- Tweens-gjengen er jo mye yngre enn medlemmene i Ten Sing, men vi har hatt jevnlig kontakt med foreldrene gjennom en gruppe på Facebook, sier Per. Der har han lagt ut et opplegg foreldrene har gitt til barna. Det er både digitale korøvelser som KFUK-KFUM Norge har laget, Kahoot og andre aktiviteter. → *forts. neste side*



# Den digitale kirken

→ forts. fra foregående side

- Vi er heldige å ha kateket Lene (Beate Østerås) å samarbeide med, fortsetter de. Sammen har vi laget rebuser som er hengt opp rundt Ski Nye Kirke, og disse har både Ten Sing og Tweensklubben kommet for å løse.

«Ungdom i Ski Kirke». Per og Lars Petter vil gjerne slå et slag for Instagramkontoen: «Ungdom i Ski Kirke».

- Her legges det daglig ut innlegg og vi kommuniserer med ungdom i Ski som følger oss her.

På denne kontoen legges det også ut sangtips og korte andakter. - Her bruker jeg også chat og videosamtaler til å snakke med ungdom jeg allerede har kontakt med, sier kateket Lene.

**Konfirmantene.** Lene har hovedansvaret for konfirmantarbeidet i Ski. Hun sier at konfirmantåret 2020 plutselig ble veldig annerledes da hele landet ble stengt ned.

- Vi hadde akkurat gjennomført en kreativ konfirmanthelg som ble avsluttet med en konsert der alle konfirmantene deltok med sang, musikk, bilder, malerier, drama, praktisk arbeid, kullisser og mat. I løpet av helgen rakk vi å bygge noen relasjoner som det er vanskelig å opprettholde når vi ikke kan sees.

- Det er kjedelig for både deltakerne og oss at vi ikke ser hverandre i virkeligheten, sier Per Johan, som legger til at videosamtaler med Ten Sing har funket bra.

- Vi får opprettholdt kontakten med alle, og det er viktigst. At vi ikke får lært nye sanger nå, kommer i andre rekke.

Per og Lars-Petter innser at de også kunne ha brukt de digitale plattformene før pandemien.

- Digital tilstedeværelse kan være med på styrke ungdomsarbeidet i Ski i sin helhet framover. Vi har samtidig sett hvor viktig det er for ungdom med fysiske møteplasser, så vi vil prioritere dette i tiden framover.

**Barnearbeidet.** Kateket Ingunn Berit Galdal har ansvar for barnearbeidet. For barn



Kirkens budskap skal ut: Video-opptak fra en gudstjeneste i Kråkstad kirke. Fra venstre diakon Anne Sture, barnearbeider Ingunn Galdal, organist Tor Magne Brækkan og Tween Sing-dirigert Susanne Thauland Hedberg. Bak kamera Bjørnar Langen. Foto Ulf Krupka

er opplevelser og lek viktig, så denne tiden har vært utfordrende.

- Men vi har vært mer tilgjengelig for folk og det er en nyttig lærdom, sier hun.

Før påske skulle barnehagene inviteres til påskevandring i kirken. I stedet fikk de klistremerkebok om påsken i posten og link til påskefortellingen på internett. Og i stedet for påskeverksted la de ut små videoer om hvordan man kan lage påskepynt hjemme.

Barn ser mye på nettbrett, helt fra de er ganske små. På menighetens facebookside ligger det linker til morgensamlinger for små barn og mye annet.

- Vi legger ut vandringer med poster rundt kirkene våre, så kan familiene gjøre noe sammen når det passer. Det er poster med oppgaver, leker, aktiviteter og opplevelser. Men den viktigste trosopplæringen skjer i hjemmet, understreker Ingunn.

- Opplevelsen av at man er elsket og sett kan være nok. Utenom det vil jeg minne om at barn elsker å høre fortellinger og bli lest for. Det er mange spennende fortellinger i Bibelen. Kveldsbønner som *Kjære Gud, jeg har det godt*, gir trygghet i en tid der mye er annerledes, sier Ingunn

tekst og bilder Kjell Ivar Moland

## Nettsteder og facebooksider med innhold for barn og unge

### Barnehage og skolebarn

- Søndagsskolen har youtubekanal
- superblink.no er barnas medieklubb

### Tweens

- Gamingpresten spiller minecraft og har sin egen youtube-kanal
- Ski tweensklubb er på facebook

### Ungdom

- Itro.no er et nettmagasin
- Bibelguide på snapchat
- @ungdom\_i\_ski\_kirke på instagram

### Facebooksider du kan følge

- Ski nye kirke • Kråkstad kirke
- Den norske kirke • Norges KFUK KFUM
- Søndagsskolen

# Konfirmasjon



I konfirmasjonstiden er det mye utendørsaktiviteter, det diskuteres livlig og det er mange som får nye venner.

**1** Du får oppleve hva kristen tro er. Og at kristendom blir noe mer enn bare en del av et skolefag.

**2** Konfirmasjonsdagen er bare din, og du har en dag hvor du blir bekreftet for den du er. En dag som ikke er bursdag, men en helt spesiell dag hvor alt er for deg.

**3** I konfirmasjonstiden blir du en del av et nytt felleskap sammen med andre jevn gamle på samlinger, leir eller week-end, du blir kjent med nye mennesker, og kanskje får du en ny venn eller to?

**4** Du får engasjere deg for andre mennesker. Dette gjør du blant annet ved å delta i Fasteaksjonen, hvor du får være med å samle inn penger til rent vann med Kirkens Nødhjelp. Du får også lære hva vi kan gjøre for å ta vare på jorda og klimaet vårt.

## Derfor vil vi konfirmere oss i kirken

10 grunner som konfirmantene selv ga for å velge kirkelig konfirmasjon.

**Påmelding til konfirmasjon:** Kirkene i Ski og Kråkstad har sendt ut informasjon om konfirmasjonstiden og hvordan du melder på som konfirmant til alle årets 14-åringere. Informasjon om påmelding finner du også på våre nettsider: [kirken.no/nordrefollo](http://kirken.no/nordrefollo)

**For spørsmål:** Ta kontakt med kateket Lene Beate Østerås. Mobil: 98241144 eller epost: [L0773@kirken.no](mailto:L0773@kirken.no)

**5** Konfirmasjon er en fin anledning for dem som er glad i deg til å feire deg og det du betyr for dem.

**6** Du får tid til å tenke over store spørsmål, og bli kjent med hva du tror på - og hvilke verdier som er viktig for deg.

**7** Vi snakker vi om sorg og glede, om livets store og små spørsmål.

**8** En fin mulighet til å tenke selv. Du får tid til å reflektere, tenke kritisk og selvstendig til hva tro og kristendom er.

**9** Som en konfirmant sa «Å konfirmere seg kristelig gir liksom litt mer mening». Du blir del av et større felleskap.

**10** Du møter folk med forskjellige meninger, med ulike bakgrunner, og sammen med dem lærer du noe felles.



## Menighetskontor Ski og Kråkstad

Menighetskontoret, Ski nye kirke, Birkelunden 4, 1423 Ski  
post.nordre.follo@kirken.no, tel 67 20 82 00

### Sokneprest i Ski

Johannes Ulstein, tlf. 982 41 134, ju273@kirken.no

### Sokneprest i Kråkstad

Anne Helene Jørstad, tlf. 928 17 226, aj579@kirken.no  
Sarah Olsson Haugstad, (perm.)

### Menighetsforvalter Ski og Kråkstad

Toril Lundebj, tlf. 488 97 370, tl998@kirken.no,

### Diakon

Unni Merethe Weydal Langen, tlf. 907 92 237, ul996@kirken.no  
Anne Sture, tlf. 481 45 067, as528@kirken.no

### Kantor Ski

Ulf Krupka, tlf. 988 59 722, uk639@kirken.no

### Organist i Kråkstad

Tor Magne Brækkan, tlf. 932 87 040, tor.magne@brakkan.com

### Kateket

Lene Beate Østerås, tlf. 982 41 144, lo773@kirken.no.

### Nordre Follo kirkekontor

Ski nye kirke, Birkelunden 4, 1423 Ski  
Eksp.: Mandag-fredag: 10.00-14.00, tlf. 67 20 82 00  
post.nordre.follo@kirken.no

### Kirkeverge

Jens Erik Undrum, tlf 908 79 560, ju383@kirken.no

### Ass. kirkeverge/HR-leder

Per Øyvind Skrede, tlf 901 377 32, ps323@kirken.no

### Prost

Sven Holmsen, tlf 907 54 126, sh733@kirken.no

### Rådgivere

Sissel Hellvik, tlf 67 20 82 00 sh422@kirken.no  
Ellen Berger, tlf 67 20 82 00 eb764@kirken.no

### Menighetsrådsleder Ski

Hans Erik Matre, tlf. 901 35 423, hanserikmatre@gmail.com

### Menighetsrådsleder Kråkstad

Harald Saxegaard, tlf. 994 45 807, sigsax@icloud.com

### Givertjenesten

- Ski menighet: 1644.05.99730
- Kirkens venner, Kråkstad menighet: 1644.06.00003
- Gave til menighetsbladet: 1644.05.99730 prosj. 206 eller  beløpet til 553076.

## Gud som skaper og livgiver

**Ingunn Fredheim Briseid** vokste opp i Molde. Da hun var 14 år, flyttet familien til Odda, der hun bodde til det ble studier i Oslo. På Blindern traff hun mannen sin, og sammen har de tre barn og seks barnebarn. Mannen har jobbet i Utenriksdepartementet, noe som har betydd flere utenlandsopphold for familien - i Danmark, Elfenbenskysten, Israel og Italia.



Ingunn Fredheim Briseid har valgt Einar Skjæraasen.

Ingunn har jobbet som lektor ved Ski videregående skole hele sitt yrkesaktive liv. For to år siden gikk hun av med pensjon. Nå jobber hun som frivillig i Kirkens SOS og Ski menighet.

Hun er opptatt av klima og miljø, særlig med tanke på fremtiden til barnebarna. Hun liker å lese, strikke og veve, og hun har stor glede av å være sammen med barnebarna.

- På grunn av hytteforbudet har jeg spasert og syklet mye i nærområdet denne våren og oppdaget Nordre Follo fine turmål! Det har vært ekstra godt å se naturen våkne til liv nå som så mye annet har vært dystert. Derfor har jeg valgt et dikt av Einar Skjæraasen, som åpner med å skildre norsk natur slik den trer fram om våren. Her lovpriser dikteren Gud som skaper og livgiver. Jeg lar meg bevege av hans hverdagsnære «barnet pludrer med sin mor» og den fine bildebruken, «første le og siste grind», om rammene for våre liv.  
**tekst** Merete Gjessing

### Himlen blåner for vårt øye

*Himlen blåner for vårt øye, jorden grønnes for vår fot.  
Bekken risler for vår tørste, korn og blomst og tre slår rot.  
Fugler spiler sine vinger, barnet pludrer med sin mor.  
Lovet være han som skapte drømmen, og det første ord.*

*Vinden har sin sti å vandre, bølgen har sin vei å gå.  
Vår og sommer, høst og vinter skifter i det minste strå,  
gledens tid og sorgens time har sin bolig i hvert sinn.  
Lovet være Han som åpnet første le og siste grind.*

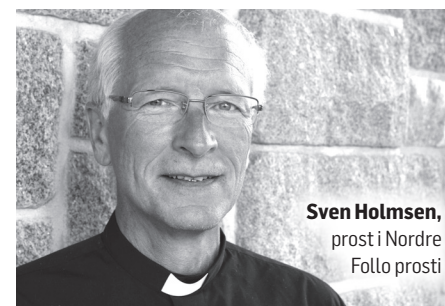
*Lyset stiger, lyset faller over alle dunkle fjell.  
Morgensol og aftenstjerne viser dag og varsler kveld.  
Hjertet har sin lengsels høyde, hånden har sin gjernings fred.  
Lovet være Han som er og ånder over tid og sted.*

Einar Skjæraasen (1900-1966)

■ Teksten til «Himlen blåner for vårt øye» står i Norsk salmebok (nr. 296), og den synges på en folketone.

■ Sidsel Grande utfordres i neste menighetsblad

## Krise og mulighet



Sven Holmsen, prost i Nordre Follo prosti

**Krise** er et ord som har dukket opp oftere enn vanlig denne våren. Enten vi er hardt rammet eller ikke, så har de fleste av oss en følelse av at de siste ukene har vært en krisetid, for mennesker her til lands, og over hele jorden.

*Krise* stammer fra det greske ordet «krisis», som har flere betydninger: Plutselig forandring, avgjørende endring, skjebnesvanger forstyrrelse. Vi finner ordet i Bibelen også. Det nye testamentet ble jo skrevet på gresk. Her kan ordet også bety: Sette skille, eller dom. En krise kan altså føre til store endringer og sette dype spor.

Men en *krise* trenger ikke bare være ødeleggende, eller være «siste stasjon». Den siste tidens utfordringer har ført til mye godt engasjement, og kreative løsninger som kanskje ikke hadde dukket opp hvis det ikke var krise. Også i kirken har vi opplevd dette - det går an å lese om det andre

steder i bladet. Regnbuer med påskriften «Det blir bra» har lyst mot oss fra mange steder, og minner oss om at håpet lever også i krisetider.

I kirken tror vi ikke at *krisen* får siste ord - selv når det kan se slik ut. Dette skyldes ikke at «religion er opium for folket», men at kirkens Herre, Jesus Kristus, beseiret den største av alle kriser, nemlig døden, da han ble reist opp av graven påskemorgen. Denne begivenheten setter verden og livet og døden og fremtiden i et nytt lys, også når vi rammes av *kriser*. Det finnes en vei gjennom død til liv, det finnes en vei gjennom håpløshet til håp, det finnes en vei gjennom *krisen* til nye *muligheter*.

Derfor er det viktig at vi ikke stirrer oss blinde på *krisen* og hva den truer med, men leter etter *muligheter* som denne krisen kan gi oss. Muligheter til å tenke annerledes om hva som er viktig og ikke, muligheter til å endre livsstil og tidsbruk. Før *corona-krisen* rammet oss var det mange av oss som kjente på et behov for endring, både for egen skyld, men også for skaperverkets og våre etterkommeres skyld. Men samtidig kjente vi oss ute av stand til å endre noe.



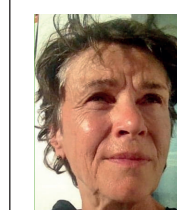
Nå har *krisen* rammet oss, og vi tvinges til å tenke annerledes. Det er selvfølgelig ikke bare godt, men det gir oss også *muligheter*. Bibelen oppmuntrer oss ikke bare til å se bakover og lære av historien, men også til å se fremover. Apostelen Paulus

skriver i et av sine brev: «Jeg glemmer det som ligger bak, og strekker meg etter det som er foran». Derfor tar jeg sjansen på å ønske oss en sommer, kanskje fortsatt preget av *krise*, men også med nye *muligheter*!

Med oppmuntrende hilsen  
*Sven Holmsen*

## Gjør dine gleder enkle

Ski menighet er «Grønn menighet». Det betyr at bærerkraft og god forvaltning av skaperverket skal gjennomsyre alt menighetens arbeid. I den



ne spalten snakker vi med enkeltpersoner som brenner for grønn aktivitet. Første gjest ut: **Elisabet B. Breen**, 65 år, mormor til fire, aktuell som deltager i Beste-foreldrenes klimaaksjon!

### 1 Hva gjorde at du ble engasjert i bærekraft, klima og miljø spørsmål?

Erik Damman med Fremtiden i Våre Hender vekket meg på 80-tallet, da barna var små. Men det var tørkesommeren 2018 og Greta Thunbergs alvorlige ansikt og sterke tale som virkelig satt en støkk i meg. At dette også angår meg og barnebarna mine - nå. Jeg ble nesten deprimert da jeg innså alvorret. Heldigvis valgte jeg å engasjere meg. Handling - ikke shopping! - var god medisin!

### 2 Din grønne utfordring til leserne?

Gjør dine gleder enkle! Og gjør noe aktivt for klimaet ved å melde deg inn i en organisasjon du sympatiserer med, og som jobber for en bedre verden og klimakrisen. Det finnes mange å velge blant!

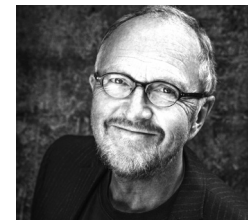
### 3 Hvordan kan kirkene bli «grønnere»?

Jeg har en drøm om at prestene, staben - ja, alle - studerer «Gud og miljøet» av K. A. Norum, som er en kreativ, klok og vakker bok, som kan danne grunnlag for mer grønt arbeid i kirken vår. Tenk om vi kunne danne digitale øko diskusjonsgrupper, som en start?

Vil du bidra til å gjøre Ski grønnere, ta kontakt med Cecilie Haugerud - mobil 91160131. Cecilie leder Grønt Utvalg i Ski menighet.

Alt blir bra, men alt blir ikke nødvendigvis akkurat som det var.

# Mens vi venter



**Magne Nylenna,**  
professor i sosial-  
medisin, kirkegjenger  
og tidvis kirkevert i Ski  
**Foto:** Lisbeth Michelsen

Bursdagsfeiring. Storfamiliemiddag. Barne-  
barnklemmer. Gudstjeneste. Fotballkamp.  
Teaterbesøk. Weekendtur til utlandet. En  
vanlig hverdag.

Det er utrolig hvor mange helt almin-  
nelig ting som blir savnet når vi ikke kan  
oppleve dem. Hvem trodde at vi plutselig  
og uventet måtte leve livene våre helt an-  
nerledes enn planlagt?

«Men slik ble det ikke» er blitt vårens  
vanligste replikk. Mye av det vi har gledet  
oss til, ble det ikke noe av. Konfirmasjoner  
avlyses, brylluper utsettes og ikke en gang  
17. mai-feiringen ble som den skulle.

For de av oss som trives hjemme, som har  
det godt hjemme og egentlig ønsker å «jobbe  
hjemmefra» som det heter, er kanskje det ver-  
ste at vi ikke lenger har noe valg. Frihet er å  
ha valgmuligheter - selv om man ikke benyt-  
ter dem. Mangelen på slik frihet merkes godt.

**Den nye tid.** Ikke bare samfunnet er blitt  
annerledes. Hver enkelt av oss blir litt an-  
nerledes også. Noe blir vanskelig, særlig for  
dem som har det vanskelig fra før. Mange  
sliter med økonomiske bekymringer. Men  
noe blir bedre, særlig for dem som har det  
de trenger og holder seg friske. Tempoet  
blir lavere, og alt går litt langsommere.  
Det blir tid til en telefon til gamle venner  
vi ikke har snakket med på lenge. Og på  
kveldsturene er terskelen lav for å slå av en  
prat med naboer på trygg avstand på andre  
siden av veien.

Selv de yngre lever omtrent som pensjo-

nister. De er mest hjemme. De rusler litt  
rundt i nærmiljøet. De pusler i hagen. De  
ser Dagsrevyen. De er takknemlige for at  
de ikke er syke. Og de forteller hverandre  
hvor godt vi har det her i landet - tross alt.  
Ute i den store verden hører vi at luftforu-  
rensningen er redusert. Folk i kinesiske og  
indiske storbyer kan visstnok se blå himmel  
for første gang på mange år.

Rundt i de tusen hjem har digitaliserin-  
gen eksplodert. Kjøkken og stue har blitt  
hjemmeskole og hjemmekontor. Livene  
leves på internett. Vi holder møter på  
Zoom og Teams. Vi skyper med kjente  
og ukjente. Familien spiller Yatzy på Fa-  
cetime. Vi deltar i massequiz på Kahoot.  
Om kveldene streamer vi konserter på You  
Tube eller ser filmer på Netflix. På Twit-  
ter og Facebook oppdager vi at landet har  
flere meningssterke hobbyepidemiologer  
enn koronasmittede, samtidig som vi lærer  
nye ord som kohorte, reproduksjonstall og  
flokk-immunitet.

**Kirken kommer hjem til oss.** Serien av  
fastesamlinger i Ski nye kirke måtte avbry-  
tes midtveis. Her ble nettet redningen med  
velredigerte digitale erstatninger med et  
tresifret antall seere. De nettbaserte guds-  
tjenestene før, under og etter påske har  
hver gang hatt mange hundre seere. Slik  
nå mange flere øyne og ører enn man kan  
håpe å trekke til kirkebygget under normale  
forhold. Kanskje når vi flere når terskelen  
er lavere? Kanskje er det flere som ønsker  
å bli nådd i disse tider?

Når vi fortsatt må leve med begrensning-  
er på hvor mange som kan møtes til fysisk  
gudstjeneste, videreføres forhåpentligvis  
de nye, virtuelle møteplassene. Å kunne  
delta i musikkandakter og samlingsstun-  
der i vår egen kirke, men på skjerm hjem-  
me når det passer oss, er et privilegium.



«Du er ikke alene» står det på trestykket  
som noen har lagt i skogen til oppmuntring for  
andre turgåere. **foto** Unar Vegstein

**Det vil vare.** Selv om de mest drastiske til-  
takene er opphevet, er livet på ingen måte  
som det pleide å være. Koronaviruset finnes  
fortsatt. Vi må forhindre en ny nedstengning  
av landet. Alt tyder på at frihetsinnskrekning-  
ene vil vare, og at de ihvertfall ikke forsvin-  
ner like plutselig som de kom.

Forventning er spennende. Venting er kje-  
delig, særlig når vi ikke vet verken hvor lenge  
vi må vente eller hva vi egentlig venter på.

Alt blir bra, forsikrer regnbuetegningene.  
Og det håpet er det grunn til å ha. Men alt  
blir ikke nødvendigvis akkurat som det var.  
Mange av endringene er det god grunn til  
å bevare. Vi avlærer ikke de digitale fer-  
dighetene vi har fått. Det blir nok lenge til  
vi glemmer å vaske hendene, og kanskje  
setter vi mer pris på de nære ting - bok-  
stavelig talt.

Situasjonen er litt som å reise langt bort og  
være borte lenge. Når du da kommer tilbake  
er ikke ting som de pleide å være, uansett.  
Ikke er du helt den samme selv heller.  
Kanskje blir det spennende å se hva som  
venter oss når dette er over, likevel?



## Vil du motta nyhetsbrev?

Ski menighet sender jevnlig ut oppdaterte nyhetsbrev med saker og ting som skjer i menigheten av stort og smått. Ønsker du å motta dette nyhetsbrevet: Gi beskjed til [toril@ski.kirken.no](mailto:toril@ski.kirken.no)

**SAGA**<sup>®</sup>  
BEGRAVELSESBYRÅ



### Begravelse til riktig pris

Vi har prisgaranti på våre tjenester. Det sikrer deg den beste prisen, uten at det går på bekostning av service og kvalitet.

Vi ordner alt det praktiske og er tilgjengelig hele døgnet. Hos oss er du i trygge hender.

Telefon: 4000 2460  
[sagabegravelse.no](http://sagabegravelse.no)

### Ny inskripsjon til fast lavpris på gravstein kr 5800,-

Vi tilbyr også vedlikehold og oppussing  
Stort utvalg av nye gravsteiner  
Ring oss på telefon 4000 2448

**GRAVSTEIN24**<sup>®</sup>

[gravstein24.no](http://gravstein24.no)

– en del av Ellingard Gruppen

### Døpte Ski

24.05.20 Felix Rasmussen  
24.05.20 Erik Darling Bråthen Klaastad  
26.04.20 Vilma Sørli Ramse  
14.03.20 Feline Bjølsen Strande  
23.02.20 Nova Strupstad Sørli  
23.02.20 Matheo Andresen  
23.02.20 Håkon Finch Refsahl

### Døpte Kråkstad

22.03.20 Olivia Jarlset Venning

### Viede Ski

Ingen

### Viede Kråkstad

02.05.20 Vilja Karlsruud Sæbø og Øystein Koppang

### Døde Ski

28.02.20 Kjell Hoff Andresen  
03.03.20 John Arne Osmundsnes  
06.03.20 Tove Karin Johnsen  
10.03.20 Aud Klose  
11.03.20 Oddbjørn Ludvigsen  
13.03.20 Viggo Schjønnberg  
17.03.20 Laila Ødegaard  
24.03.20 Elsa Irene Meinseth  
25.03.20 Petrus Anton Dahl  
31.03.20 Jens Arnt Oppsand  
02.04.20 Reidar Høydahl  
03.04.20 Erna Wiklund  
07.04.20 Marit Ralmo  
17.04.20 Eli Prag  
23.04.20 Else Mary Myrhaug  
24.04.20 Ragnar Johansen  
29.04.20 May Alice Dreierstad  
07.05.20 Bjørg Sæther  
12.05.20 Jan Lerbak  
13.05.20 Jørn Berger  
14.05.20 Per Arne Polden  
15.05.20 Magne Bernhard Ingvaldsen  
19.05.20 Oddvar Hakon Høitomt  
19.05.20 Anni Helgestad  
20.05.20 Tore Ringnes

### Døde Kråkstad

15.04.20 Robertas Skukauskas

Hverdagen begynner å normaliseres, men fortsatt lever vi i koronaens skygge.

## Pass på flokken din



**Cathrine Michelet**, selvstendig barnevern-konsulent og nestleder i Ski menighetsråd

**Hva med familien i en slik tid?** Kan vi lære noe av det vi har vært gjennom som kan være til nytte når hverdagen blir mer normal? Det er ikke tvil om at vi treffes forskjellig når vi blir tvunget til å leve mer isolert. Noen forteller at det har vært godt å få mer tid sammen for foreldre og barn, mer ro i hverdagen, mer turer i skog og mark, mer utelek. Noen opplever at sitt barn konsentrerer seg bedre og får et faglig løft uten klasserommets forstyrrelser. Andre opplever at konsentrasjonen er fraværende og at det er en fulltidsjobb å lose barnet gjennom skolehverdagen fra start til slutt – og i tillegg skal man prøve å følge opp egen jobb fra hjemmekontoret.

**Utilstrekkelighet.** Noen foreldre forteller at de er slitne av følelsen av å ikke strekke til, av å bli for irritert, av uro for fremtiden, av å ikke orke å skulle favne alle rollene på en gang. Noen barn blir redde når de voksne er sintere eller mer fortvilet enn de pleier. Noen ungdommer

### Nettsteder til bruk ved behov

- **Foreldrekoden** med Hedvig Montgomery, en podkast om dagligdagse problemstillinger i familier.
- **Kors på halsen.** Røde Kors' samtaletilbud for alle opp til 18 år
- Mental helse sin **foreldresupport**, døgnåpen telefon- og chattetjeneste, tlf.nr 116 123
- **Sidetmedord.no** – for alle som trenger å dele tanker og følelser med noen, drives av Mental helse

savner fellesskap med venner så mye at de blir nedtrykte, isolerer seg eller blir veldig irritable. Andre ungdommer kan fortelle at det også er litt godt å få en pause fra kravene om å være så vellykket – eller en pause fra å føle seg utenfor, ettersom det nå ikke «skjer» noe. Eksempelene kunne vært mange flere. Vi treffes forskjellig, men ingen er uberørte.

**Familieråd.** Hva kan hjelpe når situasjonen i familien føles vanskelig? Å holde på en hverdagsstruktur med døgnrytme, måltider, arbeidstid og fritid er en hjelp både for barn, ungdommer og voksne. Kanskje kan det å ha «familieråd» sammen gjøre det lettere å få til god dialog og samarbeid mellom barn og voksne. Det kan gjøre det mulig for barn å delta med forslag til løsninger, samtidig som de voksne setter rammene. Barn er tilpasningsdyktige, men trenger at de voksne setter rammene og hjelper dem med vanskelige følelser. Det betyr mye å fylle på med de gode opplevelsene som fortsatt er mulig; gjøre ting man liker sammen eller oppdage nye ting man ikke har prøvd før. Her er barn ofte de mest kreative! Det er en hjelp for barn om de voksne forklarer tilstrekkelig hva som skjer i samfunnet nå. Fantasien skaper ofte større bekymringer enn en alderstilpasset sann forklaring. Ungdommene trenger at vi er ekstraause med dem – de har mistet mye av det som kjennes aller viktigst for dem, nemlig sosial kontakt med jevnaldrende. Det er også trygt for barn og ungdommer om vi voksne beskytter dem fra egen bekymring eller angst, om vi har mye av det. Det er kan hende til hjelp å rette blikket et stykke fremover. Kanskje vi kan ha lært noe når hverdagen framover nå blir mer normal?

Hvor mye kan du om Ski?

## Den lille Ski-quizen

1. I 1960 feiret Ski middelalderkirke et stort jubileum. Hvor gammel var kirken da?
2. Ski sykehus var tidligere i privat eie. Hvilken organisasjon var eier?
3. Hva het den forrige ordføreren fra Arbeiderpartiet i Ski?
4. Ski Idrettslags friidrettsgruppe har hatt tre OL-deltakere. Hvem?
5. Hvor mange kommunestyrerepresentanter har partiet De Grønne i Nordre Follo?
6. En kjent forfatter bodde lenge i det som fungerte som prestebolig i Ski. Hva het forfatteren?
7. Hva heter soknepresten i Kråkstad som for tiden har fødselspermisjon?
8. Hvor mange meter over havet ligger Ski stasjon?
9. Hvor mange NM-gull i diskos har Tormod Lislud fra Ski?
10. Hva heter det høyeste punktet i gamle Ski kommune – og hvor høyt er det?
11. Hvem var rådmann i Ski kommune i perioden 1964 til 1991?
12. Hva het Ski kommune fram til 1931?
13. Hva heter den tidligere LO-lederen som i en lengre periode bodde i Ski?
14. Hvilket parti fikk flest stemmer ved siste kommunevalg i Nordre Follo?
15. Hvem er «bottle manager» i Follo fotballklubb?

**SVAR** 1. Kim Christensen 2. Tuva Murfås 3. Chrístina Vukicevi (110 m hekk), Trine Hattestad (spjett) 4. Farah 5. Ni (1965-1974) 6. Sigmund Undset 7. Sarah Haugstad 8. 128,9 m 9. Ni (1965-1974) 10. Tømmerås, 313 moh. 11. Erling Rønneberg 12. Kråkstad 13. Yngve Haagensen 14. Høyre 15. Kim Christensen

### Ett poeng for helt riktig svar.

- 15–13 poeng: Du er en ekte Ski-patriot (ingen hjelp fra Google?)  
9–12 poeng: Du er nok født før Ski Storsenter ble bygget og abonnerer på Østlandets Blad  
7–9 poeng: Bor i Ski, jobber i Oslo, men du følger litt med likevel.  
3–6 poeng: Har du nettopp flyttet til Ski på grunn av Follobanen?  
0–2 poeng: Er du på besøk og har tyvlest menighetsbladet?