

# LJAM NORDSTRAND

Årgang 104  
Nr 5/2024

**MENIGHETSBLAD**



Maria med pappa  
Svein Møller

# Sint på Gud da pappa døde

MARIA (34) MISTET  
FAREN DA HUN BARE  
VAR ÅTTE ÅR



*Menighets-  
økonomi:*  
**SLIK GÅR  
DET RUNDT**



Johannes Ragnar  
Løken

**FRIVILLIG  
I FORTI ÅR**



**SKAL SOVE  
I KIRKEN (!)**

**DETTE SKJER  
ALLEHELGEN**



## Nordstrand menighets givere og frivillige:

Av HANS-JØRGEN HAGEN

**– Å ta imot, dele og gi – det er en del av det å være menneske. Dette gjelder ikke bare penger, men også tid, oppmerksomhet, krefter, tjenester og ord. Det kommer ingen ting inn i en lukket hånd, sies det, og dermed ikke noe ut heller. Å gi er dermed også å få.**

Sokneprest på Nordstrand, Anne Grete Listrøm, ønsker å utfordre tanken om at «alt jeg er og har, er min egen fortjeneste».

– Er det egentlig alltid slik, spør hun. Ofte starter vi jo på helt ulike stadier, og noen har rett og slett mer flaks enn andre. Skjevheter har en tendens til å forsterke seg.

– Du vektlegger det menneskelige ved å gi og å få, men finnes det i tillegg spesi-  
fikke kristne begrunnelser for å gi?

– Det står veldig mye i Bibelen om dette, forteller Listrøm. På Bibelens tid tenkte man nok ikke så individualistisk som vi har en tendens til i dag. I gammeltestamentlig tid var det en tydelig gjestfrihetskultur. Å ta imot og å dele det en har, det lå i kulturen. Å gi penger er fint. Samtidig kan det hende at det vår neste trenger akkurat nå, er oppmerksomhet eller en tjeneste. Kanskje du ikke kan gi penger nå, men kanskje av din tid? Og sjansen for at din neste trenger noe som du har, den er nok ganske stor.

### Å dele som i Bibelen

– I Det nye testamentet kan vi lese om når den «bortkomne» sønnen kommer hjem. Hva gjør faren da, spør soknepresten. – Jo han inviterer til fest. Han har mye, og han deler. Og hva skal vi si om tollereren Sakkeus, han som ble rik på andres bekostning? Når han skjønner hva han hadde drevet med, endrer han

seg, han gjør opp for seg, og han deler.

– I bønn etter ofringen i kirken, ber vi: «Av ditt eget gir vi deg tilbake». Hva menes egentlig med det?

– Dypest sett, sier Listrøm, er det vi har gaver fra Gud. Med andre ord: Alt jeg har, er nok ikke bare min fortjeneste. Å være kristen er å være satt inn i en stor sammenheng. Vi er en del av noe større, og vi kan få og gi inn i dette. Det er velsignelse i å få, og det er en velsignelse i å gi. Denne store sammenhengen er beskrevet mange steder i Bibelen. «For det er i ham vi lever, beveger oss og er til», sier for eksempel Paulus i sin tale på Areopagos, gjengitt i Apostlenes gjerninger.

### Nei til press!

– Å være sin «egen lykkes smed» kan fort bli veldig ensomt, sier hun. I sin konsekvens kan dette også bryte med både den menneskelige og den bibelsk funderte fellesskapstanken.

De som leser dette, tenker kanskje at «jeg burde jo» og «jeg skulle jo» ha gitt og gjort mer. Men her er presten klar: Vi skal ikke gi ut fra en slik tankegang. Press, enten det kommer utenfra eller innenfra, er ingen god motivasjon. Trusler, tvang og press er ikke den bibelske måten å fremstille dette på. Men Bibelen sier mye om å gi seg rik og glad. Det gir glede og velsignelse ved det å gi, og det oppdager vi kanskje ikke før vi gjøre det. Det er en stor ting å ha noe å gi.

– Den gamle tanken om å gi tiende, en tiendedel av inntekten, hvor kommer den fra?

– Den er omtalt i Bibelen, men jeg tror tradisjonen er enda eldre. Med andre ord er det en lang og god tradisjon. Dette er nok lettest å måle når det gjelder pengegaver.

### Orden og ryddighet

– Hva synes du selv om det å gi tiende?

– Om du mener penger, så har jeg og mannen min i perioder gjort det. Da ble vi overrasket over at dette ga en viss orden og ryddighet, og ikke minst tenkte vi at med de 90 prosentene som er igjen, så hadde vi ganske mye. Jeg tror mange opplever det slik. Samtidig med at vi bidrar inn i fellesskapet, er det jo slik at vi skal øve oss i å ivareta oss selv også.

– En mann jeg møtte i kirken, sa en gang: «Jeg har ikke noe å gi nå, men jeg kan be.» – Flott, sa jeg. Han bidro inn i fellesskapet.



## Slik går det rundt:

**De fleste som gir penger, ønsker å vite hva «pengene går til». Bevisste givere er fint å ha.**

For å forstå dette kan det være lurt å se givermidler i en sammenheng. Hva dekkes av bispedømmet? Hva bidrar kommunen med gjennom Kirkelig fellesråd i Oslo? Og hva dekkes lokalt på Nordstrand av midler fra givertjeneste og andre innsamlinger? Hva må man ha ansatte til, og hva trenger vi frivillige til?

Disse siste er store spørsmål. Av og til har de opplagte svar, og i noen tilfeller er de gjenstand for samtale og diskusjon.

For ordens skyld: Det som kommer her, gjelder spesifikt Nordstrand menighet. Menighetsbladet kommer ved en senere anledning tilbake til tilsvarende forhold på Ljan.

**ANSATTE:** Sokneprest og kapellan er ansatt av bispedømmet og får sin lønn derfra. Fra Fellesrådet i Oslo finansieres daglig leder, menighetspedagog, kantor i 60% stilling, mesteparten av ungdomsdiakonstillingen samt menighetskonsulent og menighetsarbeider i mindre prosentstillinger.

**Nordstrand menighet finansierer selv 100% av ungdomskateketstillingen og diakonstillingen.** Når det gjelder diakonstillingen, er det å merke at denne i stor grad dekkes av bundne midler fra salget av Nordstrandhjemmet. I tillegg mottar kirken på Nordstrand midler etter søknad fra en stiftelse til delvis dekning av denne stillingen.

**To kordirigenter i mindre stillinger** (Kantoriet og Kirkekoret) dekkes også over menighetens budsjett.

## Oppdrag: Møteplasser

**Giver- og innsamlingskomiteén er opptatt av å skape gode møteplasser.**

Diakon **Anette Furulund Matre** arbeider blant annet med sorggrupper, institusjonsbesøk, hjemmebesøk, samtaler og arrangementer i forbindelse med Allehelgen og mye annet gjennom hele året.

Ungdomskateket **Knut-Helge Badendyck Møller** er sterkt involvert i onsdagsåpent, en trygg og meningsfull møteplass for ungdom. I skrivende stund har han 40 unge mennesker på lederkurs, og hvert år har kapellan og ungdomskateketen ansvar for konfirmantene. Ofte lages det konfirmantrevy. I september var to helger satt av til konfirmasjoner i Nordstrand kirke. Knut-Helge forteller at det pr i dag er påmeldt 180 konfirmanter i neste kull som begynner opplegget sitt i januar. Dette er hyggelige tall, men det krever noen ressurser.

Frivillige er involvert i nesten alt. Jul i Kirkegata, krybben utenfor kirken, skravleplassen, oppgradering av Menighets-senteret: Dugnadsgjengen! Teknisk komité! Og mye mer.

Menigheten trenger flere givere for å opprettholde gode møteplasser!

**FRIVILLIGE:** Flere hundre mennesker er på ulike måter frivillig involvert i å skape liv i menigheten. Med stor fare for å glemme noe: Gudstjenestemedarbeidere, ledere på alle nivåer i arbeidet blant eldre, voksne, ungdommer, konfirmanter, barn, speidere, rosebærere, produksjon og distribusjon av Menighetsbladet, engasjerte folk i giverkomité, Korstrand-dirigert, Tro og Lys, frivillige på SuperMandag, folk i teknisk komité som følger opp Menighets-senteret. Og mange, mange flere.

Vi trenger både ansatte og frivillige. Uten ansatte og frivillige i samarbeid og sameksistens - ingen kirke med liv.

«Det som ikke skjer lokalt, skjer ikke».

### NORDSTRAND MENIGHETS KOSTNADER

som ikke er dekket av Fellesrådet eller Bispedømmerådet

- Noen stillinger (se tekst)
- Honorar til musikere
- Drift og vedlikehold i menighets-senteret
- Utstyr til menighets-senteret (lyd, lys, bilde mm.)
- Utgifter i forbindelse med ulike aktiviteter
- Noe utstyr i kirkerommet

### ... OG VIKTIGE INNTEKTSKILDER\*

- Givertjeneste og andre gaver, **25 %**
- Tilskudd, fra stiftelser og Fellesrådet, **19 %**
- Utleie, kirke og menighetssal, **15 %**
- Deltakeravgift fra aktiviteter, **12 %**

\* I tillegg kommer momsrefusjon, tilbakeføringer, annonseinntekter, m.m.

\* Oppgitt prosent er beregnet fra de totale inntektene, som i 2023 var 4,5 millioner kroner. I 2023 gikk Nordstrand menighet omlag 400 000 kr i underskudd

Kilde: Menighetens årsrapport for 2023



**Teknisk komité med ansvar for menighets-senteret drives av frivillige. Her har Roald Sporild (t.v.) og Erling Weydahl nettopp inspisert varmepumpa.**

# - Vi er en del av noe større

**DELEKULTUR: Sokneprest Anne Grete Listrøm spør seg: Kanskje du ikke kan gi penger nå, men kanskje av din tid?**  
Foto: HANS-JØRGEN HAGEN

Neste side: Hvordan gi? ➤

## Hvordan kan du gi?

Av BJARNE NEERLAND og HANS-JØRGEN HAGEN

**FAST GIVERTJENESTE:** Både Ljan og Nordstrand menigheter har ordninger for at gaver gitt til menigheten, gir skattefradrag. Dette gjelder både faste gaver og enkeltgaver. For å gi forutsigbarhet i menighetenes økonomi er faste givere kjærkomment. Men enkeltgaver er selvsagt også viktige.

Gå inn på enten [www.kirken.no/nordstrand](http://www.kirken.no/nordstrand) eller [www.kirken.no/ljan](http://www.kirken.no/ljan) for å finne mer informasjon om hvordan du kan gi en gave.

Klikk «Bli med som giver», klikk så enten «Givertjenesten Nordstrand» eller «Givertjenesten Ljan» og du kan registrere deg som giver og mulighet for skattefradrag for gavene, hva enten det er fast givertjeneste eller enkeltgaver.

**VIPPS:** Du kan også benytte Vipps, Nordstrand #11550 eller Ljan #11546.

**TESTAMENTARISKE GAVER:** I vårt samfunn er det tradisjon for å gi testamentariske gaver til humanitære og private samfunnsbyggende organisasjoner. Testamentariske gaver utgjør ofte en viktig del av deres finansiering og gjør det mulig å bygge opp en økonomisk buffer som sikrer forutsigbar og langsiktig satsing. Det samme er tilfelle for menighetene. De har behov for en solid økonomi for å investere i menighetens lokaler og for å ansette egne medarbeidere.

**ARV** er et tema når man kommer i en viss alder eller fase i livet. Det gjelder også for dem som har barn, eller såkalte livsarvinger, selv om utgangspunktet er annerledes enn for dem som ikke har livsarvinger. Livsarvinger er beskyttet etter loven og gir føringer for fordeling og minimumsbeløp man har krav på. Men er arven over en viss størrelse, kan det også for dem som har barn, være lurt å tenke igjennom om arven skal fordeles eller disponeres på en bestemt måte og om enkelte formål skal tilgodeses.

Av erfaring er det mange kvier seg for denne prosessen. Skal man skrive testamente og fravike det som er lovens ordning for arv og hvem



som arver? Hvis du ønsker at din menighet skal arve noe, eller om du lurer på noe rundt temaet arv og testamente, kan menigheten være behjelpelig med bistand. De har tilgang til kompetente ressurser som har erfaring og kan hjelpe deg med å sette opp testamente eller gi råd om hvordan du bør gå frem.

Ved behov: Kontakt daglig leder Turid Skorpe Lannem, e-post [TL747@kirken.no](mailto:TL747@kirken.no) eller på mobil 98065654.

Samtidig som kirken på Nordstrand trenger flere penger og givere er det viktig å løfte blikket opp og ut. Nordstrand menighet samarbeider med Stefanusalliansen som gjennom sine lokale partnere arbeider blant forfulgte og vanskeligstilte kristne i mangel land. Trosfrihet ute og støtte til dem som blir krenket av mangel på slik frihet er stikkord for arbeidet. På Nordstrand støtter vi prosjektene deres i Egypt og Pakistan. Når man melder seg som giver, kan man selv velge hvor stor andel av midlene som skal gå til Nordstrand menighet og hvor mye som skal gå til Stefanusalliansen.

## Utfordrer spesielt de under 50

**Dag Langmyhr er «The Grand Old Man» i det som nå heter «Giver- og innsamlingskomiteén» i Nordstrand menighet.**

Han har vært med i arbeidet siden 2005 og kan lettere enn de fleste se tendenser i hvor mye som blir gitt, hvem som gir - og mye annet interessant.

– Stemmer det at du er den eneste som kan se beløpene som hver enkelt giver bidrar med?

– Ja, det stemmer nesten, forteller Langmyhr (bildet). Det er et viktig poeng at slike spørsmål skal behandles med stor diskresjon. I komiteén er det bare jeg som kjenner til detaljene, men for at givere skal få skattefridrag på gavene, bruker vi et firma som heter Solidus. Der er det nødvendigvis noen som kjenner til dette. Daglig leder kan også finne ut av det, men der stopper det. Med andre ord: Vi er ytterst få som kjenner størrelsen på gavene.



– Går antall givere opp eller ned?

– For 20 år siden hadde vi 140 givere, nå har vi 90, men antallet har vært stabilt siden 2017. Hovedtendensen er likevel at på tross av at antallet givere over tid har gått ned, har totalbeløpet nesten holdt seg stabilt. Det kommer av at de som gir, gir mer enn før. Giverne våre er trofaste, og den viktigste frafallsårsaken, er dødsfall.

– Men dersom totalbeløpene holder seg, er det vel ingen grunn til bekymring?

– Så enkelt er det ikke. Går vi litt bak tallene, ser vi at bare 15% av de som gir fast, er under 50 år. Det er litt urovekkende. Selv om «den eldre garde» bidrar godt nå, er det opplagt at vi trenger flere, og gjerne yngre, givere.

– Hva tenker du er den største utfordringen for givarbeidet akkurat nå?

– Den tenker jeg er tredelt. Først og fremst må vi være aktive og synlige. Så må vi ta vare på giverne våre, og vi må, som påpekt, skaffe nye givere, særlig fra de yngre generasjonene.

Giver- og innsamlingskomiteén i Nordstrand menighet består pr. i dag av Thomas Haugeli Halvorsen, Dag Langmyhr, Kim-Erik Dørum-Pedersen og Knut-Helge Badendyck Møller.



Foto: ELINE STRAND-AMUNDSEN

# Sover over i kirken!



**Går du i 6. klasse? Bli med på LysVåken, en helg med mye gøy og overnatting i kirken!**

Alle som går i 6.klasse på Nordstrand og Ljan er velkommen til moroa lørdag 30. nov. kl 18.00 til

søndag 1. des. kl 12.00. Lurer du på hva som skjer på LysVåken-timene? Det er lek, disco, underholdning, lyktelaging, nattevandring, pizza og lørdagskos. Mange får nye venner..

På søndag deltar 6.klassingene og deres ungdomsledere på gudstjenesten med blant annet sang,

dramatisering og opplesning.

Påmelding skjer via [kirken.no/nordstrand](http://kirken.no/nordstrand). Her finner du også mer informasjon om arrangementet. Kirken ber om beskjed hvis ditt barn har spesielle behov. De ønsker svært gjerne å legge til rett slik at alle som ønsker kan delta.

## Døpte og døde:

**DÅP I NORDSTRAND:** Astrid Odden Håvelsrud, Jenny Birkeland, Sunniva Bjugstad Rø, Falk Krohn-Mikkelsen, Matheo Bloch Jansrud, Viktor Sæther Kørner, Scott Angell Arnesen, Ebba Aalborg Schou, Olivia Lileng, Victoria Ritterberg, Lisa Ellingsen, Leah Thesen Dokken-Koppang, William Schjelderup Dregan, Oliver Alexander Skoog Sharma, Hennie Humborstad Reinemo, Helga Lea Tjernstad Russwurm, Ragnhild Tjernstad Russwurm, Emmi Aurora Brevik, Melvin Lind Berger, Beatrice Sophie Rustad, Lavrans Aronsen-Kongerud og Leah Eilertsen.

**GRAVFERDER I NORDSTRAND:** Lasse Wettergreen, Borgny Margrethe Hasselstrøm, Hanne Cathrine Steen, Rolf Kåre Absbjørnsen, Linn Ryne, Oddvar Arne Clausen, John Mentz Huse, Preben Borch, Ingrid Kristine Botn, Berit Engan, Beate Anne-Lene Wilhelmsen og Roger Andreas Randsjø.

**DÅP I LJAN:** Olivia Lileng, Victoria Ritterberg, Oscar Flom Brynstad, Camilla Flom Brynstad, Leah Eilertsen og Tobias Rakstad Gunderhuset.

**GRAVFERDER I LJAN**  
Gaute Dahl, Ingrid Kristine Botn, Jan Michelsen, Odd Egil Owe, Marie Bragnes, Trygve Jan-Hem Engeby og Anne Grethe Sonberg

**17 000**  
Så mange mottar  
Menighetsbladet.

**ANNE LINE BEGRAVELSESBYRÅ**  
Lambertseferveien 2  
1160 OSLO  
461 90 056  
post@albegravelse.no  
annelinebegravelsesbyraa.no  
**EN VERDIG AVSKJED**

**Biørn Frisør**  
NORDSTRAND  
Tlf. 22 29 17 80

**Kirkens SOS**  
Ring: 22 40 00 40

Spar opp til 50% ved kjøp av gravstein på nett  
**GRAVSTEIN24**  
Gravstein24 tilbyr også vedlikehold og oppussing. Stort utvalg av nye gravsteiner. Ring oss på tlf. 4000 2448  
gravstein24.no

**Litografia har flyttet til Stanseveien 21**  
  
T: 909 12 470  
jpk@litografia.no www.litografia.no  
Gratis parkering, kom gjerne innom!  
Kvalitet i over 100 år.

**EKEBERGVEIEN TANNKLINIKK**  
Tannlegene Skaanes og Wisløff  
nordstrand@trolltann.no  
trolltann.no  
Tlf: 22286610  
Ekebergveien 230

alt innen solskjerming  
innvendig solskjerming  
utvendig solskjerming  
frostfilm & dekor  
Vi holder selvfølgelig til lokalt:  
Showroom: Trollåsveien 36, 1414 Trollåsen  
T: 90 70 90 07 E: info@consol.no  
consol.no

## Fyller du 4 år i år?

Velkommen til feiring i Nordstrand og Ljan kirke! Barna inviteres til å være med på SuperMandag / SuperTirsdag for familiemiddag, aktivitet, bibelfortelling og lek. Barna inviteres også til familiegudstjeneste med utdeling av 4. årsbok, høsttakkefest og menighetsbarnehagen som deltar. Etterpå blir det som vanlig kirkekaffe. En flott anledning til å inviterere med seg besteforeldre, faddere, søskenbarn, venner og familie til kirken. Vi ønsker at 4-åringene kommer 15min før gudstjenesten starter slik at vi får registrert barna.

### Tidspunkt i Nordstrand kirke:

Mandag 7. oktober kl 16:45-18:15 Familiemiddag og aktivitet med SuperMandag-gjengen.  
Søndag 13. oktober kl 11:00 Familiegudstjeneste med utdeling av bok til alle som fyller 4år.

### Tidspunkt i Ljan kirke:

Tirsdag 8. oktober kl 16: 45-18:00 Familiemiddag og aktivitet med SuperTirsdag-gjengen  
Søndag 20. oktober kl 11:00 Familiegudstjeneste med utdeling av bok til alle som fyller 4år.  
Påmelding og spørsmål gjøres på mail til menighetspedagog Eline Strand-Amundsen: is685@kirken.no



## Høst- marked

Nordstrand kirke

Lørdag 26. oktober kl. 11-15

Salg, lotterier, mat,  
underholdning, sang

Overskudd til barne- og  
ungdomsarbeidet

## Tweensklubb for 5.-7.klasse

Har du lyst til å delta på klubb med meningsfylte aktiviteter, bordtennis, futsal, lek og få nye venner? Bli med på Tweensklubben!

### Tidspunkt, Ljan:

Onsdager kl. 13.30-15.15 på følgende datoer: 30. oktober, 13. november, 27. november og 11. desember

### Tidspunkt, Nordstrand:

Onsdager kl. 14-16 på følgende datoer: 9. oktober, 23. oktober, 6. november, 20. november og 4. desember

Påmelding og mer informasjon: Kontakt menighetspedagog Eline Strand-Amundsen is685@kirken.no



Maria Badendyck Møller forteller at hun hadde mye sinne inni seg som bare måtte ut i perioden etter at pappa Svein Møller døde. Foto: SUSANNE WARD ADLANDSVIK

# - Det er bare Gud som virkelig forstår den smerten jeg bærer på

**- Jeg var ute og lekte, forteller Maria Badendyck Møller. - Jeg var 8 år og den eldste i søskenflokket. Jeg husker de voksne ropte oss inn. Vi skulle sette oss rundt bordet i stua, og pappa satt ved enden. Han kikket rett på oss barna og sa: «Jeg er syk. Veldig syk.»**

Det er snart Allehelgensdag. Maria (34) har en grav å gå til på kirkegården på Nordstrand. Først nå, etter alle disse årene, føles det greit å dele historien sin.

Hun husker godt forsommerdagen pappaen hennes kom med den vanskelige setningen over bordet. Familien bodde på Gjøvik dette året. Pappa Svein Møller hadde permisjon fra stillingen som organist i Nordstrand Kirke og var musikk lærer på Viken folkehøgskole. Og mamma Torild hadde nettopp fått familiens fjerde barn.

### Skal du dø?

Maria er eldst, og hun spør pappaen sin rett ut. «Kommer du til å dø?» Svein går ikke utenom spørsmålet. Han ser på henne og sier at de håper at han får leve, men at det er en mulighet for at han kommer til å dø.

- Dette håpet om at han skulle få leve, stolte jeg ikke på. Jeg skjønte at noe var over, forteller Maria.

- Jeg kjente en uro, at det var noe som ikke stemte.

Det er sol denne dagen, og mormor og morfar har kommet fra Oslo. De voksne har tenkt at familien trenger å oppleve noe hyggelig sammen etter den vonde beskjeden.

De har planlagt en tur med Skibladner over Mjøsa til Hamar.

- Og turen var grei, men jeg husker da vi gikk ut av båten og måtte gå oppover en liten bakke. Da så jeg hvordan pappa slet med å komme seg opp bakken. Jeg likte det ikke og jeg holdt meg tett inntil ham, og spurte flere ganger hvordan det gikk. Fra den dagen var jeg hele tiden litt redd.

Legene hadde oppdaget krefte i Sveins kropp sent i forløpet. Det skulle vise seg at det ikke gikk mer enn en måneds tid før han permanent måtte ligge på sykehuset.

### Så det utenfra

- Jeg husker rommet og stemningen. Alle sykepleierne som kommer med saft til oss barna, og at vi står ved pappas seng.

Det har gått fort, og Maria ser pappa med lukkede øyne og med slanger og ledninger rundt seg i senga. Hun skjønner at det ikke går an å snakke med ham mer. Hun kjenner et strøk av panikk, det er vanskelig å sette ord på det for ei jente på 8 år. Skal pappa forsvinne fra livet hennes?

- Jeg gikk ut og inn av det, og klarte ikke å være helt til stede, sier Maria nå mange år etter.

- Jeg tror det var min måte for å holde ut på. Alle gråt. De voksne også, og det var uvant for meg å se dem sånn. Jeg ville at de skulle være vanlige igjen og ha kontrollen som de pleide. Men de var jo også lei seg. Det var så forvirrende for meg, og for mye å ta inn. Men det var fint når de voksne sang salmer, husker Maria. Og noen av salmene hadde pappaen hennes laget.

### Lettet

Da Sveins pust og liv sluknet,



Maria (2) sammen med pappa Svein. Seks år senere døde han. - Det finnes mange ting i verden som bare er meningsløse og som vi ikke skjønner hvorfor skjer, sier hun. Foto: PRIVAT

og de tok vekk ledninger og slanger, lå bare pappaen hennes der. Da kjente hun ham bedre igjen. Men han var død.

- I bilen hjem var jeg litt lettet. Jeg hadde vært så redd og sliten gjennom hele denne unntakstilstanden, og nå var den over. Nå skulle jeg få tilbake mammaen min, som hadde bodd på sykehuset de siste ukene. Og vi som fremdeles levde, skulle leve på den vanlige måten vi alltid hadde gjort. Mamma og mine tre småsøsken.

### Hvem han var?

Svein Møller hadde utviklet seg til å bli en anerkjent norsk kirkemusiker og komponist. Han døde på Ullevål Sykehus 15. juli i 1999. Han hadde komponert viktig kirkemusikk og hadde kontakt i hele Norge. Her på Nordstrand var han en elsket organist, og alle var i sorg. Hvordan kunne dette skje? En uunnværlig musiker av nasjonal betydning og en firebarnsfar på 41 år er revet bort fra alle sine.

Kirken ble fylt til trengsel den sorgelige dagen da Svein skulle begraves. ➤

– Jeg skjønner ting på en annen måte etter at jeg har blitt mor og voksen selv, sier Maria.

– Og det er fantastisk det som skjedde etterpå. Menighetsfolk visste ikke hva godt de skulle gjøre. Vi fikk mat på døra, og noen kom for å vaske huset hver uke. Folk ville avlaste, rydde og være til nytte. Men den gangen synes jeg det var vanskelig. Jeg ville bare ha mammaen min for meg selv, jeg ville ikke ha smilende fremmede mennesker som kom og gikk. Det kan høres brutalt ut å si det nå, jeg skjønner det som voksen, og det er jo klart at mamma trengte hjelp med fire små barn. Men for meg var det en krevende tid, minnes hun.

– Grunnen til at jeg velger å fortelle det på denne måten nå, er fordi jeg synes det er viktig at vi er rausere og åpne i forhold til barns reaksjoner i sorg. Og min sorg var ikke bare pen og tekkelig gråt. Jeg var rasende og hadde mange utbrudd. Jeg var sint på alt og alle. De som sto rundt meg fikk merke det. Jeg brølte og smalt i dører så naboen en gang kom ned og spurte om alt var i orden. Men ingenting var jo i orden.

### Sank inn i sofaputene

Maria trodde lenge, etter at de hadde mistet Svein, at hun måtte være den storesøsteren som hadde orden på alt både utenpå og inni seg. Dette tok krefter. Og da hun var i 10-årsalderen opplevde hun at hun stadig var kvalm, og at hun var så sliten at hun måtte ligge på sofaen hver ettermiddag.

– Jeg kjente meg helt utmattet i kroppen. Jeg følte meg så tung at jeg sank inn i sofaputene, forteller hun. Da fikk Maria hjelp hos en psykolog som forsto.

– Og når jeg begynte å snakke med henne, merket jeg virkelig hvor sinna jeg var. Ikke minst på Gud. Jeg hadde lært at Gud var god og skulle passe på oss, og så kunne dette skje. At pappaen min døde. Det fantes ikke noe godt svar, og ingen måtte prøve seg.

I dag vet Maria at det hun trengte var å få lov til å rase og være sinna uten at noen skulle forsøke å komme med løsninger.

– Jeg trengte å være negativ og sette meg på bakbeina, uten at noen skulle gå til læreren eller lage en sak ut av det. Jeg hadde så mye sinne inni meg som bare måtte ut.

### Med Guds hjelp

– Det finnes mange ting i verden som bare er meningsløse og som vi ikke skjønner hvorfor skjer, og dette er en av dem, sier hun.

– Så begynte jeg å tenke på Gud som en støtte. At Gud også er lei seg på vegne av meg, og etter hvert skjønte jeg at sorgen er sånn at det faktisk bare er Gud som virkelig forstår den smerten jeg bærer på.

Hun erfarte at ikke noen kan si eller gjøre noe som tar bort det som er vondt inni henne.

– Jeg må lære meg å leve med det – med Guds hjelp.

### Home-Start

Maria vet at det hun har opplevd i tidlig alder har preget hennes livsvalg. Nå jobber hun som koordinator i Frelsesarmeens Home-Start avdeling på Nordstrand/Søndre Nordstrand.

– Det å være med å gi et tilbud til alle typer småbarnsfamilier i en sårbar fase

**” Det er viktig at vi er rausere og åpne i forhold til barns reaksjoner i sorg.**

er et privilegium. Og jeg tar med meg den erfaringen jeg selv har fra jeg var barn. Det er viktig å se og romme de følelsene barn har. Og ikke si at noen følelser er bedre eller mer naturlige enn andre. Home-Start er et gratis familiestøtteprogram. Vi har tilbud om avlastning når dagene er for krevende, og det er det jo for mange i perioder.

– Vi som er ansatt organiserer behov opp mot frivillige som gjerne vil hjelpe. De frivillige er folk som har krefter og tid til overs, ikke sjelden er det pensjonister. Før de frivillige er ute i tjeneste, går de på kurs hos oss i seks uker. Oppgavene er sammensatte, vi skal være en hjelp til familier når det kniper. Noen trenger hjelp til å lage middag eller hente i barnehagen en dag i uka. Andre trenger noen som kan bli med barna på lekeplassen mens slitne foreldre tar seg en lur.

– De som trenger det, tar kontakt og melder sitt behov, og så prøver vi å matche. Mange kjenner at hverdagen er utfordrende, og flere enn man tror tar kontakt og ber om støtte i hverdagen.

Maria forteller at det kan skyldes fysiske eller psykiske utfordringer, utmattelse, mangel på søvn eller bare et sterkt ønske om å få lov å trene en gang i uka – alene.

### Drivkraft

– Jeg ønsker å normalisere det at man av og til i livet trenger andres hjelp. At man ikke trenger å være redd for å be om hjelp når man kjenner at kreftene er borte. Frelsesarmeen har alltid vært gode til å se menneskers behov, og manges behov er også å få være til nytte for noen. Og derfor forteller jeg mennesker med god tid i livet at de trengs og har mulighet til å engasjere seg og gjøre en liten innsats i nærmiljøet for andre.

– Og jeg tror at det jeg selv har vært gjennom i livet har blitt til min drivkraft i dette arbeidet. Det er mange som står på venteliste og ønsker støtte, smiler hun, så utfordringen er gitt – det er bare å ta kontakt!

**– Vi må være rausere og åpne i forhold til barns reaksjoner i sorg, sier Maria Badendyck Møller. Hennes egne erfaringer har blitt en drivkraft i jobben som Home-Start-koordinator.**

Foto: SUSANNE WARD ADLANDSVIK

## Vil du være frivillig i Home-Start?

Les mer her: [www.homestartnorge.no/frivillige](http://www.homestartnorge.no/frivillige) eller ta kontakt med Maria på [maria.badendyck.moller@frelsesarmeen.no](mailto:maria.badendyck.moller@frelsesarmeen.no), tlf. 458 37 783



## Karsten Alnæs til Kirkeakademiet

**Onsdag 30. oktober kl. 19 holder forfatter Karsten Alnæs foredrag om kristenretten og landsloven.**

Alle er velkommen til møtet i Kirkeakademiet på Nordstrand menighetssenter. Inngang kr 100

I år er det tusen år siden Olav den helliges kristenrett ble vedtatt på Moster. Det ble opprettet en norsk kirkeadministrasjon og en lov tuftet på den kristne tro, som kom til å omforme hele det norske samfunnet og hele livsformen og mentaliteten i landet.

Det er også 750 år siden Landsloven ble innført i Norge, i 1274, en lov som på mange måter er runnet av den eldre kristenretten.

– Det er en av de eldste landslovene i Europa, en lov som var mer human, mer kvinnevennlig, mer sosial og egalitær enn de fleste lovene i Europa på denne tiden, minner Alnæs om.

– Alt begynner med Olav Haraldsson. Han er en av de mest ruvende kongene i Norge gjennom alle tider, og den eneste norske kongen vi minnes ved en egen høytidsdag, nemlig den 29. juli som vi kaller Olsok. Hans betydning er først og fremst knyttet til innføringen av kristendommen i Norge, en ryggstøtte i den norske identiteten og den norske kulturen, sier forfatteren og foredragsholderen.

Karsten Alnæs er oppvokst på Kampen i Oslo. Han har vært leder i Den norske Forfatterforening, kulturredaktør i Dagbladet, lektor i videregående og undervist på Journalisthøgskolen. Han debuterte som forfatter i 1975, og har skrevet en rekke historieverk og mange historisk-biografiske romaner. Med Trollbyen vant han Brageprisen i 1994. Med fembindsverket Historien om Norge regnes Alnæs som en av våre viktigste formidlere av norsk historie.



## «Det smukke hus med de vakre omgivelser»

### Fagskolen i Vingolfveien

Mange på Nordstrand og Ljan drar kjensel på det svære bygningskomplekset i Vingolfveien 12. Her har det aldri vært noe sanatorium, men pensjonatdrift derimot, er godt dokumentert. Noen kaller stedet AA, etter organisasjonen som leide eiendommen noen år. Likevel er nok adressen best kjent som Byes pensjonat. Her drev foreldrene til Erik Bye jr pensjonat fra 1936 til omkring 1950.

Temaet for denne artikkelen er imidlertid tyveårsperioden fra 1916, da Norsk Kvinnesaksforening kjøpte stedet og flyttet sin fagskole i husstell hit fra byen. Navnet skulle signalisere at dette var mer enn en husmorskole; husarbeidet måtte betraktes som et fag. Tanken var å løfte dets status, gjøre det mer effektivt og profesjonelt og styrke kvinners stilling i hjem og samfunn. Skolen fikk offentlig støtte, og søkerne kunne få stipend eller friplass. Flere elever brukte dette halve året som en forskole til lærerhøgskolen i husstell på Stabekk.

#### Hvem søkte seg til skolen?

Skolen tilbød to femmåneders kurs i året på internat. Høsten 1920 huset stedet 37 personer, alle kvinner bortsett fra pedellen. De 28 elevene var i snitt litt under 20 år gamle og kom fra alle kanter av landet, fra Namsos til Nærbø, med tyngdepunktet på Sørøstlandet. En enslig svale fra nord var datteren til soknepresten i Kautokino.

Hvilken bakgrunn hadde så jentene som dro hit på husmorskole for 100 år siden? Også her finner vi et bredt spekter. En tredel kom fra familier med basis i jordbruket, flere fra det øverste sjiktet: en godseier, en skogeier og en folkehøgskolelærer. Tre skippere og en stuert forteller om tilknytning til sjøen. Resten var ansatt i offentlig eller privat virksomhet. Tre av fedrene vet vi ingenting om. Det var nok mødrene som skjøv på for å gi døtrene en utdanning som bygde på likestillingstanken.

Hver kveld stelte man i stand hyggesamvær i salongen der elevene deltok med sang og opplesning. De fikk også innblikk i kvinnesaksforeningens arbeid og visjoner. Styret i NKF og kjente kvinnesaks-kvinner som Betzy Kjelsberg, Randi Blehr og Fredrikke Mørck besøkte gjerne skolen, holdt foredrag og innledet til samtaler. Utflukter til blant annet Kristiania Brødfabrik, Schous bryggeri, Folkemuseet og hovedstadens teatre sto også på årsplanen. På jubileumsutstillingen i 1914 hadde skolen fått sølvmedalje for et supé- og dessertbord samt en monter med hermetikk og syltete kaker, saft, vin og bakverk.

Etter hvert fikk stedet konkurranse fra andre offentlige og private husholdningsskoler, og Fagskolen ble lagt ned i 1935.

PS: Faktisk fantes det en lignende institusjon i strøket vårt i denne perioden. Det var Nordstrand husmorskole i Mosseveien 220, drevet av Ranka Hanssen.

Kilder: Lønnå: Stolthet og kvinnekamp – Norsk Kvinnesaksforenings historie fra 1913; Nylænde 1914-1922; folketellingen 1920.



Foto: Wilsca ca 1925



Foto: Wilsca

Elevene fikk også opplæring i enkel søm og stell av klær.

# Vi minnes de vi har mistet

## ALLEHELGEN I LJAN OG NORDSTRAND KIRKER

### På Ljan og Nordstrand markeres Allehelgen med Åpen kirke, gudstjenester og minnegudstjeneste.

Under minnegudstjenesten i Nordstrand kirke blir det musikalske innslag og navnene til de som er gått bort det siste året leses opp. I tillegg vil det være minnetavler med navnene til de som har gått bort. Det vil også være mulighet til å legge til navn. Under Åpen Kirke lørdag er det mulighet for samtale og lyttening. Mange finner trøst i at lyset skinner! Alle er hjertelig velkomne!

#### FREDAG 1. NOVEMBER

##### Allehelgenskonsert kl. 19 i Nordstrand kirke:



Nordstrand Kirkekor, ledet av Øyvind Fossen, Viken Vokal, ledet av Njål Sparbo, Hägerstens Kammarkör fra Stockholm, ledet av Oskar Timm. Njål Sparbo er også med som solist.

Det blir musikk av Rossini, Fauré, Poulenc, Rheinberger, Nystedt, Kverno, Bergh, Howell og Havrylets. Trond Dahlen spiller klaver til flere av verkene.

Billetter kr 200,- kan betales kontant eller via Vipps ved inngangen. Gratis inngang for unge under 18 år. Alle velkomne!

#### LØRDAG 2. NOVEMBER

##### Ljan kirke kl 12.00-14.00: Åpen kirke. Stillhet,

lyttening og bønn. Nordstrand kirke 11.00-16.00: Åpen kirke. Et sted for stillhet, lyttening, samtale og bønn.

#### SØNDAG 3. NOVEMBER

Ljan kirke kl. 11: Allehelgensgudstjeneste. Kirkekaffe etterpå. Nordstrand kirke kl. 11: Allehelgensgudstjeneste. Kirkekaffe etterpå. Nordstrand kirke kl. 15: Minnegudstjeneste med lyttening, navnelesning og musikalske innslag. Felles for Ljan og Nordstrand kirker. Kirken er åpen til kl. 17 for stillhet, lyttening og bønn.

## Hjelp til å leve med sorgen

Sorg kan være smertefullt og vanskelig. Derfor kan det være godt å komme sammen med andre som har opplevd å miste en av sine nærmeste.

Mandag 11. november er det oppstart av ny Sorggruppe. Du er velkommen til å være med.

Sorggruppe er for deg som:

- Opplever sorg etter å ha mistet en som sto deg nær
- Ønsker å møte andre som er i samme situasjon
- Ønsker å vite mer om hvordan du kan leve med sorgen

Vi møtes 8 ganger. Diakon **Anette Furulund Matre** innleder med et tema etterfulgt av gruppesamtale.

11. november: Den første tiden – Hva er sorg?

9. desember: Sorgreaksjoner

13. januar: Sorgens konsekvenser i kroppen

3. februar: Hverdagen etterpå

3. mars: Pårørenderollen

24. mars: Identitetsforandringer etter tap

7. april: Minner og merkedager

5. mai: Sorg som din livserfaring.

Sorggruppe er åpen for alle, uavhengig av tro og livssyn. Det er påmelding og det er gratis å være med i sorggruppe. Enkel servering.

Tid: Mandag kl.11.30-13.30

Sted: Nordstrand menighetssenter.

For mer informasjon og påmelding eller behov for enkeltsamtaler ta kontakt med Anette Furulund Matre på tlf 468 468 78 eller e-post: am682@kirken.no

## TemaTreff Nordstrand

TemaTreff er for alle som har ledig tid på formiddagen. I høst inviteres til tre nye mandager i Nordstrand menighetssenter kl.11.30 med foredrag, litt allsang, enkel servering og fellesskap. Hold av datoene 14. oktober, 18. november og 2. desember.

#### Mandag 14. oktober:

**Sveinung Lunde** har i sitt yrkes-aktive liv vært politiker og skoleleder. Hans store hobby har i flere år vært fugler. Han vil i sitt kåseri «Med kamerafokus på fugler i Bibelen og norsk fauna» trekke frem noen av Bibelens sentrale fugler og ikke minst fortelle oss litt mer om det fugleliv vi har rundt oss i vårt eget land.



#### Mandag 18. november:

Kom og lytt til lyset – i ord og toner med **Ragna og Trond Dahlen**. I programmet «Kom og lytt til lyset» henter Ragna og Trond Dahlen kilder fra norsk eventyrtradisjon, klassisk poesi og biltekster, samt klavermusikk med musikalsk sjangerbredde. Når året går mot de mørkeste ukene, er det fint å lete etter glimt av lys i ord og toner.



#### Mandag 2. desember:

**Berit Aalborg** er journalist, politisk redaktør og kommentator i Vårt Land. Hennes hobby er å samle på julekrybber. Hun vil fortelle oss om krybber – som er en over 800 år gammel tradisjon.



## Temakvelder Ljan

### Onsdag 16. oktober kl. 19 i Ljan kirke

«Knockin on Heaven's door.» Musikk og tekster av Bob Dylan.

Fortalt og sunget av **Atle Karlung**, **Bjarte Rimehaug**, piano og **Morten Slettmyr**, gitar.



WIKICOMMONS



### Onsdag 13. november kl. 19 på Ljan menighetshus

Ljan menighet støtter misjonsarbeidet på Madagaskar. Men hva er misjon i dag? **Arild Bakke** som har levd store deler av sitt liv på solskinnøya – og vært misjonsprest der i 25 år – forteller om landet og utfordringene:

– 1500 barn og unge med spesielle behov, særlig **syns- og hørselshemmede**, får tilbud om skoleplass. Vi støtter et omfattende program innen inkluderende utdanning på ordinære skoler, samtidig som vi fortsetter å bidra til driften av ti spesialskoler, forteller Arild Bakke til Menighetsbladet.

– I år er det hundre år siden blindeskolen på Loharano ble etablert. Ti dager etter møtet i Ljan menighet vil det være stor jubileumsfeiring på Antsirabe. Det er verdt å feire at mange synshemmede får et verdig liv og varig håp, en vei ut av isolasjon og skam, sier Bakke.

– Fra og med i år er vi også engasjert i arbeidet med å oversette Bibelen til tegnspråk, sier NMS-misjonæren.







FESTKLAR: Styrer i Ljan kirkes barnehage, Bjørn Kåre Valvik.

# Fyller femti år i år

Av CAMILLA EIKERI

**Akkurat som bamsefar i lia, feirer Ljan kirkes barnehage at den er blitt 50 år, omtrent på denne tia.**

Styrer, Bjørn Kåre Valvik håper at både store og små vil bli med å feire barnehagen i Ljan kirke søndag 20. oktober kl 11, hvor det blir både høsttakkefest og jubileumsfest på samme tid.

Ljan kirkes barnehage ligger midt i smørøyet på Ljan omgitt av kirke, skole og et fantastisk uteområde som tilhører barnehagen. Her er det hage, skog og berg som gir barna glede og utfordringer i lek og aktivitet. I 2018 flyttet barnehagen inn i topp moderne lokaler i den ombygde presteboligen på Ljan. Barnehagen har rikelig med plass – og huset er på hele 360 kvm som benyttes av 8 ansatte og 29 barn i alderen 1-6 år.

## Viktig for lokalmiljøet

Bjørn Kåre Valvik smiler med øynene når han snakker om barnehagens verdi i lokalmiljøet. Barnehagen har lange tradisjoner som en viktig del av lokalmiljøet og kirkens arbeid. Ljan kirkes barnehage har en utvidet kristendomsparagraf.

– I praksis betyr dette at vi markerer kristne høytider og merkedager mer enn andre barnehager og forbereder oss til aktiviteter knyttet til kirken, forteller Valvik.

**” I tillegg til en engasjert og stabil stab med høy trivselsfaktor, får også barnehagen topp karakterer fra foreldrene.**

– Vi synger mye i barnehagen – og morgensamlingene med sang, rim og regler er et høydepunkt for mange av barna, påpeker Valvik. – Gjennom mange år har vi benyttet oss av Ljan menighetshus til ulike aktiviteter som for eksempel dans og sangsamlinger. Vi bidrar blant annet med barnesang på seniortreffene i menighetshuset, forteller Valvik.

– Det har stor verdi for både store og små, skyter han inn. – Vi har også bokkafe i menighetshuset med de eldste barna i barnehagen og samles rundt flanellografen for bibelfortellinger. Barnehagen fokuserer også på idrett, og barna får utfolde seg i lokalmiljøet i ulike idrettsaktiviteter som tennis, fotball, skøyter og Røris.

– Ljan kirkes barnehage er en liten og oversiktlig barnehage der nestekjærlighet og barnas beste hele tiden er i sentrum for oss som jobber her, erklærer Valvik.

## Får toppkarakter fra foreldrene

– I tillegg til en engasjert og stabil stab med høy trivselsfaktor, får også barnehagen topp karakterer fra foreldrene, forteller Valvik.

– Gjennom foreldreundersøkelsen til utdanningsdirektoratet får foreldre og foresatte si sin mening om barnehagetilbudet som barnas trivsel og samarbeidet mellom hjem og barnehage. I Bydel Nordstrand er Ljan kirkes barnehage en av de tre barnehagene som har toppet listene i foreldreundersøkelsen helt siden 2017, forteller en tydelig stolt styrer.

## 50-års jubileum feires i Ljan kirke

– Når en barnehage fyller 50 år må det feires, konstaterer en begeistret styrer. – Det er mange i bydelen som har en eller annen tilknytning til den flotte barnehagen vår og vi ser veldig frem til å feire både høsttakkefest og 50-årsjubileum med stor ståhei i Ljan kirke 20. oktober.

– Alle er hjertelig velkomne til å bli med på feiringen i kirken og til en hyggelig kirkekaffe inne i barnehagen, sier Valvik.



**HEDERSMANNEN:** Johannes Ragnar Løken (87) er hedersmannen som har jobbet som frivillig forretningsfører for menighetens hedersbolig i flerfoldige år. Det er fantastisk å ha frivillige medarbeidere som Johannes. 40 års trofast innsats er imponerende og inspirerende. Tusen takk til Johannes, sier menighetsrådsleder Nils Martin Espegren. – Selv om ikke alle kan påta seg oppgaver like lenge som Johannes, så er det mange som trofast stiller opp med tid og omtanke for andre. Det er utrolig flott å være en del av et slikt fellesskap, sier Espegren.

# Hedersmannen og hedersboligen

●● Johannes Ragnar Løken deler dette diktet av Jan Magnus Bruheim som han mener sier noe om lønnen som frivillig:

## UM Å BERA

Skapte er vi te bera og lette børen for kvarandre. Til fånytt lever ingen. Men våre eigne bører skal vi bera åleine.

Stor og verdfull er sorgi som ikkje kan delast av andre. Men fattigsleg, liti og arm er den glede som du vil ha åleine.

Hjelpelaus er den som ikkje har nokon å hjelpe, og vera god mot.

Lik tre utan sevjestraum turkast han inn--- Den mannen ber tyngste bori som ingenting har å bera.



**HEDERSBOLIGEN:** Stiftelsen Nordstrand Menighets Hedersbolig er en 4-mannsbolig i Oberst Rodesvei som forvaltes som en egen stiftelse, men er koblet til menigheten.

Av SVERRE JULSRUD KRISTIANSEN  
**Johannes Ragnar Løken (87) har vært frivillig medarbeider i Nordstrand menighet i 40 år.**

Jeg har alltid likt å bidra i nærmiljøet, og siden menighetens liv og virksomhet ligger mitt hjerte nær, har det i grunnen vært veldig givende å kunne gi et bidrag til egen menighet på den måten. Dette arbeidet, som frivillig medarbeider, har hatt førsteprioritet i mitt liv. For som frivillig får du egentlig lønnen før du får gjort jobben. Det er motiverende å se praktiske resultater i jobben på huset. Og huset som Løken snakker om

gamle styret som kjente bakgrunnen min og de tenkte vel litt i den samme retningen.

– Hva har jobben bestått av?  
– Den har bestått i å føre regnskapet. Forretningsføreren er i praksis daglig leder som avlaster styret og sørger for oppussing og vedlikehold av huset og ansvar for vaktmestertjenestene. Videre er det å skrive kontrakter med leietakerne og holde kontakten med dem og med naboene og se til at husleien kommer inn på konto. I forbindelse med vedlikeholdet er det jobb med å innhente tilbud, lage avtaler med håndverkere og betale leiligheter. I min periode har vi renover leilighetene, pusset opp huset utvendig og med

er «Stiftelsen Nordstrand Menighets Hedersbolig». Det er en eiendom i Oberst Rodesvei, med en 4-mannsbolig som forvaltes som en egen stiftelse, men er koblet til menigheten ved at det skal være en fra menighetsrådet som er med i styret.

Eiendommen ble testamentert i 1960 av «frøken Dagmar Larsen» til menigheten gjennom et legat, og eiendommen skulle «anvendes som bolig for pensjonerte prester og embedsmenn».... For tiden bor det to ansatte der som jobber i Nordstrand menighets barnehage, og de to andre leilighetene leies ut til eksterne, men ansatte har altså en prioritert.

– Hvor har du hentet motivasjonen fra?  
– Jeg synes at arbeidet har vært fint, litt faglige utfordringer, ikke så mye møter, gjøre jobben når det passer – og ikke minst gjøre noe nyttig arbeid for den menigheten som jeg tilhører. Jeg er sivilingeniør i bygg med praksis fra bygge- og eiendomsbransjen. Så jeg tenkte at det kunne passe bra å bistå menigheten med mine fagkunnskaper. Jeg hadde også nære venner i det

god hjelp av en vaktmester ryddet opp utendørs. Generelt sett avlaste styret med papirarbeidet og holde styr på økonomien.

– Hvorfor bør folk gjøre frivillig arbeid?  
– Først og fremst bør folk som har overskudd i livet gjøre frivillig arbeid fordi det er behov. Her i landet er vi vel litt bortskjemte med at myndighetene ordner alt, men det er vel en sannhet med modifikasjoner. Ettersom folk lever lenger så er det jo for eksempel flott og viktig å kunne fylle pensjonisttilværelsen med noe givende. Det tror jeg er både sunt og nyttig. Her i distriktet har vi mange gode muligheter, som f.eks Eldresenteret og Vellet for å nevne et par, i tillegg til menigheten.

Løken har også vært bladbærer for menighetsbladet og rosebærer: – Det siste er en veldig hyggelig jobb hvor en treffer mange fornøyde eldre mennesker. Som frivillig medarbeider kommer man uvilkårlig nærmere menighetens liv og virke og blir kjent og får venner blant menneskene som driver der. Alt i alt har menigheten bidratt til at jeg har beholdt troen, sier han.





NORDSTRAND KIRKE



LJAN KIRKE



ØSTMARKSKAPELLET

# Velkommen til gudstjeneste

**SØNDAG 13. OKTOBER**  
**21. SØN. TREENIG.-TIDEN**

**kl.11:** Familiegudstj., høsttakkefest, utdeling av fireårsbok. Barnehagen og NBUK deltar. Prest: Johan Valen-Sendstad, kantor: Ulf Nilsen, menighetspedagog: Eline Strand-Amundsen

**kl.11:** Gudstjeneste  
Prest. Morten Holmqvist,  
organist: Åge Reite

**kl. 12:** Sportsgudstjeneste  
ved Turid Barth Pettersen

**SØNDAG 20. OKTOBER**  
**22. SØN. TREENIG.-TIDEN**

**kl.11:** Gudstj. med vigsling av diakon Anette Furulund Matre. Biskop Kari Veiteberg, prost Sigmund Akselsen, organist Ulf Nilsen, forsangergruppe deltar

**kl.11:** Familiegudstj., høsttakkefest og utdeling av fireårsbok. Barnehage deltar  
Prest: Morten Holmqvist, organist: Åge Reite, men.ped Eline Strand-Amundsen

**kl. 12:** Sportsgudstjeneste  
ved Sigmund Akselsen

**SØNDAG 27. OKTOBER**  
**BØTS- OG BØNNEDAG**

**kl.11:** Gospelmesse med Korstrand Søndagsskole. Prest. Johan Valen-Sendstad, kantor: Ulf Nilsen  
**kl. 20:** Kveldsgudstjeneste

Åpen kirke

**kl. 12:** Sportsgudstjeneste  
ved Kåre Skråmestø

**LØRDAG 2. NOVEMBER**

Åpen kirke

Åpen kirke

**SØNDAG 3. NOVEMBER**  
**ALLEHELGENSDAG - MINNEDAG**

**kl.11:** Allehelgensgudstjeneste Nordstrand kirkekor deltar  
**kl. 15:** Minnegudstjeneste med navnelesing, Prest: Anne Grete Listrøm, kantor: Ulf Nilsen, diakon: Anette Furulund Matre

**kl.11:** Allehelgensgudstjeneste  
Prest: Morten Holmqvist, organist: Åge Reite

**kl. 12:** Sportsgudstjeneste  
v/ Knut-Helge Badendyck Møller

**SØNDAG 10. NOVEMBER**  
**25. SØN. TREENIG.-TIDEN**

**kl.11:** Søndag for de forfulgte. Søndagsskole. Hilde Skaar Vollebæk fra Stefanus-alliansen og Øystein Lyngroth deltar. Prest: Morten Holmqvist, kantor: Ulf Nilsen

**kl. 19:** Kveldsgudstjeneste  
Prest: Morten Holmqvist,  
organist: Åge Reite

**kl. 12:** Sportsgudstjeneste  
ved Liv Hegle

**SØNDAG 17. NOVEMBER**  
**26. SØN. TREENIG.-TIDEN**

**kl.11:** Gudstjeneste. Tro og Lys deltar  
Prest: Valen-Sendstad, organistvikar

**kl.11:** Gudstjeneste  
Prest: Listrøm, organist: Reite

**kl. 12:** Sportsgudstjeneste  
v/ Gunnar Kagge

**SØNDAG 24. NOVEMBER**  
**KRISTIKONGEFEST**

**kl.11:** Gudstjeneste. Søndagsskole  
Prest: Anne Grete Listrøm, kantor: Ulf Nilsen. Forsangergruppe deltar

Åpen kirke

**kl. 12:** Sportsgudstjeneste  
v/ Kjell Nordstokke

**SØNDAG 1. DESEMBER**  
**1. SØNDAG I ADVENT**

**kl.11:** Familiegudstjeneste, Lys Våken  
Prest: Johan Valen-Sendstad, kantor: Ulf Nilsen, menighetspegagog: Eline Strand-Amundsen

**kl.11:** Gudstjeneste  
Prest: Morten Holmqvist, organistvikar

**kl. 12:** Sportsgudstjeneste  
v/ Espen Hasle

**Husk også!**

**Fredag 15. november kl. 19 er det ny Feelgood Friday i Nordstrand kirke. Alle velkommen, gratis inngang! Korstrand og ganske kule gjester...**

**LJAN**  **NORDSTRAND**  
**MENIGHETSBLAD**

**Ansvarlige utgivere:**

Menighetsrådene i Nordstrand og Ljan

**Redaktør og produksjon:**

Leif Magne Gramstad

**Bidragstyttere denne utgave:**

Hans-Jørgen Hagen,  
Sverre Julsrud Kristiansen  
og Susanne Ward Ådlandsvik

**Annonseansvarlig:**

Enok Kristoffer Gramstad, tlf: 415 83 364

**Trykk:** Litografia/T/Strykk AS

Utkommer seks ganger årlig. Opplag: 9000.  
Trykkingen finansieres med gaver og annonser.  
Redaksjon og distribusjon er basert på  
frivillig innsats. Menighetsblad faller utenfor  
kategorien «uadressert reklame».



Vippsnummer for  
menigheten:  
11550  
mrk. gjerne gaven:  
Menighetsblad

Neste utgave kommer sent november og  
dekker tiden frem til 5. februar. Frist for levering  
av stoff til redaksjonen: **3. november.**  
Sendes gramstad@me.com

Annonser, meldinger om arrangementer og  
annet stoff kan også sendes til menighets-  
kontoret: post.nordstrand.oslo@kirken.no

Følg med på hjemmesidene våre:

[www.kirken.no/ljan](http://www.kirken.no/ljan)

[www.kirken.no/nordstrand](http://www.kirken.no/nordstrand)



Facebooksidene våre finner du her:

[www.facebook.com/nordstrandkirke](http://www.facebook.com/nordstrandkirke)

[www.facebook.com/ljankirke](http://www.facebook.com/ljankirke)

**Påmelding til nyhetsbrevet**  
**Vil du få regelmessige nyheter**  
**om hva som skjer i Nordstrand eller Ljan?**  
**Meld deg på via QR-koden under!**

