

NABOposten

nr. 5 - vinter/jul 2016 - 62. årgang

Oppsal Menighetsblad



**Velkommen til Søndre Skøyen kapell,
sier Kåre Skråmestø, Marit Birkemoe
og Sigurd Edvard Gullerud. se side 4.**

Kontaktinformasjon

www.oppsalmenighet.no



Utleie av Oppsal kirke

Kontakt menighetskontoret

Utleie av Søndre Skøyen kapell

Forretningsfører:

Sigurd Edv. Gullerud

Telefon: 22 27 43 02

E-post: sedv.gullerud@vikenfiber.no

Oppsal kirke

Solbergliveien 85, 0683 Oslo

Bankkonto: 7877.06.73983

Menighetskontoret

Telefon: 23 62 99 60

E-post:

post.oppsal.oslo@kirken.no

Åpent: mandag til fredag

kl. 10:00 - 14:00

Oppsal menighetsråd

Leder: Marianne Næss Selle

Telefon: 907 25 426

E-post: mari-nae@online.no

Søndre Skøyen kapell

Dalbakkveien 39, 0682 Oslo

Henvendelser rettes til

menighetskontoret Oppsal.

Bankkonto: 1609.12.68071

Menighetskomité SSK

Leder: Jon Smemo

Telefon: 22 27 02 15

E-post: jsmemo@online.no



Ansatte i Oppsal menighet



Menighetsforvalter: Jan Bye

T: 23 62 99 62 / M: 452 65 914

E-post: jb483@kirken.no



Sokneprest: Kåre Skråmestø

T: 23 62 99 63 / M: 924 26 917

E-post: ks638@kirken.no



Prostiprest: Hans Jacob Finstad

M: 452 40 091

E-post: hf224@kirken.no



Kapellan: Endre Olav Osnes

T: 23 62 99 65 / M: 452 41 346

E-post: eo446@kirken.no



Kapellan: Nina Kristine Niestroj

T: 23 62 99 64 / M: 482 73 390

E-post: nn834@kirken.no



Trosopplæringsmedarbeider:

Daniel Waka

T: 23 62 99 67 / M: 947 82 015

E-post: dw837@kirken.no



Kantor: Sølvi Ådna Holmstrøm

T: 23 62 99 69 / M: 924 36 770

E-post: sh829@kirken.no



Organist i Søndre Skøyen kapell:

Lars Fredrik Nystad / M: 958 57 019

E-post: ln772@kirken.no



Diakon: Edel Lilleeng Solberg

T: 23 62 99 72 / M: 917 08 146

E-post: es765@kirken.no



Kateket: Monika Skaalerud

T: 23 62 99 70

E-post: ms349@kirken.no



Kirketjener: Johnny Hagen

T: 23 62 99 60 / M: 938 04 007

E-post: jh879@kirken.no



Renholder: Ellen Sivertsen

T: 23 62 99 60 (menighetskontoret)

E-post: post.oppsal.oslo@kirken.no



NABOPOSTEN
Oppsal Menighetsblad

Naboposten utgis av Oppsal menighet. Opplaget er 8.000 eksemplarer, har fem nummer i året,

og leveres ut til menighetens husstander. Bladet trykkes hos Merkur Grafisk.

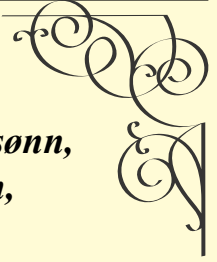
Annonser:
Ta kontakt med redaktør for priser.

Fast avtale:
10 % rabatt
Redaktør:
Edel Lilleeng Solberg

Neste nummer:
Utgis uke 6-2017
Innleveringsfrist:
23.01.2017

Forsidebilde:
Kåre Skråmestø, Marit Birkemoe og Sigurd Edvard Gullerud utenfor Søndre Skøyen kapell
Foto:
Hans Jacob Finstad

Vi er elsket av Gud



*For så høyt har Gud elsket verden at han ga sin sønn,
den enbårne, for at hver den som tror på ham,
ikke skal gå fortapt, men ha evig liv.*

Joh 3,16

*Fra det fjerne har Herren åpenbart seg for meg:
«Ja, med en evig kjærlighet har jeg elsket deg.
Derfor har jeg latt min miskunn mot deg vare ved.»*

Jeremia 31,3 Norsk Bibel

Gud er kjærlighet

1 Joh. 4,8b

Det første verset er kjent av de fleste av oss som «Den lille Bibel», som er Guds frelsesplan for oss mennesker. Og disse ordene er gode å minnes når vi nå snart skal feire Jesu fødsel.

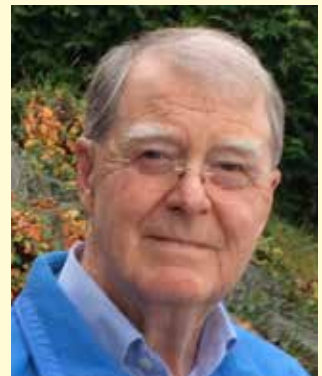
Når vi leser disse tre versene, og grunner på dem, skjønner vi at dette er ord som handler om en åndelig virkelighet som ikke er en del av vår daglige tale.

Ordene rører hjertene våre, og mange av oss kjenner et behov for å komme inn i denne virkeligheten og hvile i denne kjærligheten.

Og vi kan ganske enkelt be:

*Kjære Gud; jeg tror på din frelsesplan for meg,
og jeg tar imot din Sønn, Jesus, som min frelser og Herre.
La meg erfare din grensløse kjærlighet for meg.*

*Kjærlighet fra Gud
springer like ut
som en kilde klar og ren.
I dens stille bunn
i dens dype grunn
gjemmes livets edelsten.*



Hilsen
Bjarne Helland



VELKOMMEN TIL GUDSTJENESTER I SØNDRE SKØYEN KAPELL!

”Vi håper mange finner veien hit til Søndre Skøyen kapell”, sier sokneprest Kåre Skråmestø. «Oppsal kirke er under oppussing, og er derfor stengt frem til påske. Derfor må mange av kirkens aktiviteter flyttes til kapellet”. Sigurd Gullerud legger til at denne overgangen stiller økende krav til kapellets bruk. ”For kapellet er lite, og det stiller visse utfordringer på det praktiske plan”.

Kapellet ligger i Dalbakkveien 39, ved siden av Golia Tennisklubb og i nærheten av Nordre Skøyen Hovedgård. Kapellet er i disse dager 36 år.

Kapellet er basert på dugnad og innsamlede midler, og er en del av Oppsal menighet. Tomten kapellet står på ble gitt av familien Skappel, som eier Søndre Skøyen gård.

”Kapellet er et intimt rom som er preget av at det er en trekirke. Det er godt rom å være i, og det er vakkert. Det er gudstjeneste her hver søndag utenom feriene”, sier Marit Birkemoe, som videre kan fortelle at det er søndagsskole under gudstjenestene. Hun understreker at det er mange spennende aktiviteter i kapellet. ”Vi har hyggetreff en formiddag i måneden, og vi arrangerer kultur- aftener, og mange konserter. Rommet har en god akustikk.”

Kapellet er et viktig samlingssted for lokalbefolkningen på Søndre Skøyen.

Alle på Oppsal er hjertelig velkommen til julegudstjenester i kapellet. Og gudstjenester fra nå av og videre utover vinteren.



”Alle er hjertelig velkommen til kapellet”, sier (fra venstre): Sokneprest Kåre Skråmestø, Marit Birkemoe og Sigurd Gullerud.

Se meg der jeg er

med min styrke og svakhet
Møt meg
på mine premisser
Gi meg varme
når jeg fryser.



Fortell meg at jeg er spesiell
når jeg tviler på meg selv.
Trøst meg når jeg gråter,
når jeg grunner på livets gåter.
Vær hos meg når verden
brister,
blant høstens nakne kvister.

Del din glede, ditt håp og tro.
Lykken kan i hjertet bo
når du deler med den andre.
Vi må ta vare på hverandre.

Anne Gunn Knudsen



ALPHA-FEST

en mulighet til å søke
meningen med livet
en praktisk introduksjon til
den kristne tro.

**TORS DAG DEN 19. JANUAR
2017 KL. 19.00**

I SØNDRE SKØYEN KAPELL
www.alpha-kurs.no

Kursstart er 19.1. Kurset går
over 10 torsdagskvelder
pluss en weekend.

Påmelding kan sendes til
ks638@kirken.no.

Skriv navn, adresse,
telefon og e-post.

Lørdagstreff i kirkene

Kirken er for alle, og alle har rett til et trosliv. Derfor inviterer kirkene i vår bydel til lørdagstreff en gang i måneden for mennesker med utviklingshemming. Alle som bor i tilrettelagte boliger i bydelen blir invitert, men også hjemmeboende er hjertelig velkommen! Ta kontakt med diakonen hvis du kjenner noen som kan glede av å være med på dette. Eller hvis du vil være med som frivillig! Allsang, lystenning og kafé.



**Østlandske
Monumentservice**
Gravsteiner - Inskripsjoner
- Omarbeiding
Utstilling vis å vis Østre
Aker kirkegård

Ulvenvn. 102. 0581 Oslo
Tlf. 22 65 60 50 Fax. 22 65 60 31
www.gravstein.com

TVEITA ADVOKATKONTOR

Advokat Kari Paulsrud m.n.a.

Testamente/arv, Samboeravtaler, Separasjon/skilsmisse,
Barn/barnevern, Trygd/erstatning, Arbeidsrett, Husleie,
Fri retts hjelp

Kontor i 3. etg. ved OBOS eiendomsforvaltning og senterledelsen

Timebestilling tlf.: 21 37 71 77 / 908 89 733

e-mail: kpaulsrud@kindemco.no

Auster
Dame- og Herre-
frisør
Parfumeri AS

Oppsal kjøpesenter
Telefoner
22 26 43 94 • 22 26 77 78

OPPSAL LEGEKONTOR

Spesialist i allmennmedisin Yngve Rønsen- Timebestilling/Øyeblikkelig hjelp

BARN - VOKSNE- GRAVIDITETSKONTROLL

HJEMMEBESØK ETTER AVTALE

Tlf. 22 27 49 29- Telefontid: 08:00- 15:00

Haakon Tveters vei 88 (Oppsal kjøpesenter)

Oppsal Samfunnshus Selskaps- og møtelokaler

– I bydelens hjerte



Våre lokaler egner seg til:

- Barnedåp • Konfirmasjon • Fødselsdager • Bryllup • Begravelser • Møter, konferanser eller andre arrangementer som du måtte ha behov for

Utleiealternativene dekker fra 10 til 150 personer.

Ta en titt inn i Samfunnshuset i Vetlandsveien 99/101 på Oppsal.

Adr: Vetlandsvn. 99/101, 0685 Oslo. Tlf: 23 12 65 40

post@oppalsamfunnshus.no

Hva skjer...

Formiddagstreff/Temalunsj kl 12 i Opus v/ Oppsal kirke, Solbergliveien 85

6. desember: Mona Berge viser bildespillet «December blessings». Andakt v/ Ruth Willoch. **NB:** Blir i Søndre Skøyen kapell! Felles skyss fra Oppsal kirke kl. 11.30.

10. januar: Juletreffest! Allsang, andakt, bevertning og gang rundt juletreet.

7. februar: Program gjøres kjent senere.

Kirkeringen i Opus ved Oppsal kirke, kl 12.00-14.00

Ta med matpakke! Andakt og allsang. Det serveres te, kaffe og kake.

20. desember: Grøt.

21. februar

Skøyenåsen misjonsforening

I januar blir det ikke misjonsmøte.

20. februar kl. 19.00 møte

20. mars kl. 19.00 møte

Sted og program gjøres kjent senere.

Formiddagstreff i Søndre Skøyen kapell, Dalbakkveien 39

Tirsdag 17. januar kl. 12.00: Fotograf Svein Holo viser bilder og forteller fra sine reiser i Asia, Afrika og Sør-Amerika.

Tirsdag 14. februar kl. 12.00

Tirsdag 14. mars kl. 12.00.

Programmet gjøres kjent på nyåret.



Gro Huvestad, Gartner

Jeg er i virksomhet fra februar til oktober

- SKJØTSEL / VEDLIKEHOLD • BESKJÆRING
- UTPLANTING • NYANLEGG • RÅDGIVNING

Ta gjerne kontakt for en prat!

Tlf.: 99 038 310

E-post: gro@planteoghagestell.no



KULTURAF TEN I SØNDRE SKØYEN KAPELL SØNDAG 20. NOVEMBER KL. 18.00 PROGRAM: HANS OLAV BRENNER KÅSERER OVER TEMAET «KORTE MØTER – LANGE SAMTALER»

Han vil fortelle om jakten på sanne øyeblikk og forløsende spørsmål i møte med kjente og ukjente mennesker. Brenner er for tiden særlig aktuell med sitt TV-program «Brenner & bøkene». Han har studert statsvitenskap og religionshistorie, men etterhvert tok medierelatert arbeid det meste av tiden. Han begynte i «Radio Nova» og fikk stilling i P2, før han startet som programleder i TV-programmet «Store Studio». Han har siden arbeidet med «Bokprogrammet» og poesi-programmet «Diktafon». Høsten 2011 hadde han premiere med programmet «Brenner – historier fra vårt land», hvor han intervjuer norske kjendiser og andre personligheter mens han kjører rundt i en Volvo Amazon fra 1966. Serien ble kåret til beste magasin- eller livsstilsprogram under «Gullruten 2013».

Det blir også musikkinnslag ved pianisten Lars Fredrik Nystad og fiolinisten Ellen Fjærvoll Samdal. Vel møtt! Enkel servering. Entre kr. 100,-.

Arrangør: Søndre Skøyen Menighetskomite.



Familien Berge er misjonærer, og hilser til Oppsal menighet:

Slangejakt og søndagssamlinger!

Hvordan skriver man en liten hilsen fra fem i Mali? Livet her leves i en stor spennvidde: Fra rolige soloppganger med en avkjølende morgenbris, til herlig kaotisk barneleir med over 400 barn. Det veksler mellom dager man er opplagt og klarer å knekke nye språkkoder til dager hvor varmen og alt det ukjente er overveldende. Språklæring, relasjonsbygging, tedrikking (et veldig viktig rituale i Mali), åkerarbeid, sykebesøk, barselsbesøk, gravferder, prosjektmøter, landsbyundersøkelser, løpeturer i kjole og skaut, motorsykkelturer, innbilte løvejakter, ikke-innbilte (men ufrivillig) slangejakt og stjernetitting på taket er noe av det som fyller tiden vår. Det er på alle måter et sosialt liv, og vi er omgitt av en enorm gjestfrihet og omsorg. Vi kjenner på en stor taknemlighet for at vi får bo her. Peder August, Amadeus Sefanja og Amelia ser ut til å trives, og det er vi også veldig takknemlige for. På noen plastmatter og trebenker i skyggen av et tre på tunet har vi begynt med søndagssamlinger. Det er enkle kår, men likevel utrolig fint og nært. Hvor to eller tre er samlet i Hans navn, er Han midt iblant oss, enten det er i en festkledd katedral eller på en støvete bakke. Tenk at vi får være her og fortelle om Ham, som ble alt for alle. Vær med å be om visdom og kjærlighet i ord og handling. Takk for at dere husker på oss!

NABOPOSTEN
Oppsal Menighetsblad

**Naboposten for 40 år siden
Nr 9 – 1976:**

Vær litt friskere – sier faktor Sahlén

Rolv Sahlén er faktor ved Industritrykkeriet. Det betyr blant annet at han har ansvar for trykkingen av Naboposten. Nå sier han fra hva han mener om menighetsbladene. Han gjør det til Vår Kirke. – Skriv så folk leser det. Enkelt. De fleste bruker jo altfor mange ord. Og så gjør det ingenting om det står noe i menighetsbladet som folk kan le av. Det er mange som tror at de kristne er sure og sørgmodige. Tenk om menighetsbladet kunne se det som en oppgave å motbevise det?

**Naboposten for 20 år siden
Nr. 5 – 1996:**

Fuglemyra borettslag 40 år!

Det var feststemning ved kirkekaffen 8. september. Fuglemyra borettslag var 40 år, og som et ledd i feiringen arrangerte de kirkekaffe i Oppsal kirke. Ole Bjune var invitert for å fortelle om sin barndom på Oppsal. Han fengslet virkelig forsamlingen med sin skildring av miljøet på den tiden da det kunne være opp til 14 barn i hver familie, da alle kjente hverandre, og da en måtte gå i tre kvarter til Etterstad for å ta trikken til byen.

v/ Johan Hindahl

Julekonserter i

Søndre Skøyen kapell:

- **Onsdag 30.11., kl. 18.00**

Elevkonsert v/Musikkskolen

Konsert med elever fra Søndre Skøyen musikkskole. Barna kommer til å spille stykker i forskjellige sjangre, og noen julesanger. Gratis entre.

- **Torsdag 1.12., kl. 18.00**

Julekonsert v/Damekoret Harmony

Konserten starter kl 19, det blir salg av kaffe og kaker fra ca kl 18. Det vil bli sang av damekoret Harmony, blandakoret Østensjøangerne og solist Kristina Lystad, som også er dirigent for Harmony. Billett kr. 100,-

- **Lørdag 3.12., kl. 19.00**

Julekonsert v/ BraWocalis

Vokalgruppen BraWocalis inviterer til en stemningsfull julekonsert i Søndre Skøyen kapell. Dirigent Charlotte Wilhelmsen, Mirjam Helene Kringen, piano. Variert program: 180 kr (150 kr for barn) ved kjøp av billetter i døra, 150 kr (120 kr for barn) ved kjøp av billett på forhånd. Ta kontakt med en av aktørene, send en sms til

988 11 268 eller gå inn på facebook siden til

BraWocalis for å ta kontakt.

- **Torsdag 15.12. kl. 18.00**

Julekonsert v/Godlia/

Trasop musikkorps

Godlia Trasop musikkorps hovedkorps, juniorkorps og aspirantkorps spiller julesanger. Arrangementet avsluttes med juleavslutning for korpset. Gratis entre.



Tradisjonen tro inviterer Bryn KFUK-KFUM-speidere til

Julemesse på Breidablikk



Dørene åpnes

lørdag 3. desember kl. 10.00.

Vi avslutter kl. 17.00, etter trekningen kl. 16.00 av de flotte gevinstene fra årets loddsalg.

Vi lover god stemning med kafé, åresalg, tombola og mulighet for å få kjøpt hjemmelaget julegodt, julekaker, pynt, håndarbeid, julekort og mye mer. All inntekt går til drift av speiderhuset.



Vi ønsker deg velkommen til

Breidablikk,
Høyenhallveien 3!



Besøk vår brukervennlige nettside for å komponere gravstein:
www.ellingardmonument.no

Velkommen til vår store utstilling i Oslo: Alle hverdager mellom kl 08.00-16.00, eller besøk et av våre samarbeidende begravellesbyråer



**Ellingard
Monument**

- Salg av gravstein
- Oppussing
- Inskripsjoner
- Oppretting
- Bolting

Østre Aker vei 103
Telefon: 22 15 55 50
E-post: monument@ellingard.no

Dalestuen under Østensjø gård



Omtrent ved Østensjøveien 150 lå det til begynnelsen av 1960-tallet et lite hus som gikk under navnet Dalestuen. Stuen ble da kontrollert nedbrent i forbindelse med utvidelse av Østensjøveien.

Huset ble trolig bygget rundt 1865 som bolig for tjenestefolk på Østensjø gård. I 1875 bodde svensken Lars Andersen (1821-1895) og kona Anne, samt datteren Elisa (f.1861) i huset. På denne tiden ble stedet omtalt som plassen Dalen under Østensjø. Lars Andersen bodde der frem til sin død i 1895. Trolig ble huset benyttet til å innlosjere tjenestefolk eller dagarbeidere, frem til Ole Pedersen (1853-1921) og hans kone Anne Dorthea f. Kristiansdatter (1851-1921) flyttet hit fra plassen Holtet under Østensjø gård. Den lå rett nord for Haraløkka idrettsanlegg, et anlegg bygget på den gjenfylte dammen Holteputten, som også ble kalt

Bølerkulpen eller Bølerputten.

Mye taler for at Pedersens flyttet til Dalestuen en gang mellom 1910 og 1916 fordi paret i 1910 står oppført i folketellingen med bosted Holtet, men i Valgmanntall Oppsal 1916 med bosted Dalestuen. Ole Pedersen må ha bodd noen år i Dalestuen allerede i 1918, fordi det på hans fortjenestemedalje fra Norges Vel etter 42 års tjeneste på Østensjø gård i 1918 er inngravert Ole Pedersen Dalestuen. Det var den gang ikke uvanlig å knytte gårds- eller plassnavnet til familienavnet. Da han bodde på Holtet gikk han under navnet Ole Pedersen Holtet.

Dalestuen ble fortsatt benyttet av tjenestefolk på Østensjø gård etter Pedersens bortgang. Søren og Marie Thorstensen var trolig de siste tjenestefolkene som bodde i Dalestuen.



Dalestuen lå ved Østensjøveien 150 helt til begynnelsen av 1960-tallet. På bildet ser vi Ole Pedersen Dalestuen og hans kone Anne Dorthea stå foran stuen rundt 1915. Kilde: Østensjø lokalhistoriske bilder, bilde nr. B20100300. For flere bilder, se Østensjø lokalhistoriske bilder: <http://bildebaser.deichman.no/>

Oppsal treffsenter 60 pluss

Oppsal samfunnshus

Vetlandsveien 99/101, 2. etg

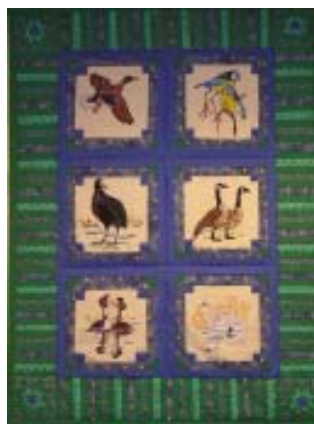
Et trygt møtested for selvstendige og aktive 60 pluss innbyggere. Vi tilbyr mange forskjellige aktiviteter som fremmer helse og forebygger sykdommer. I tillegg holder vi forskjellige kurs og veiledninger. I vår hyggelige kafeteria serveres lunsj mandag og onsdag, tirsdag og torsdag har vi middag. Fredager er grøtdag.

Vi kan også friste med gode smørbrød og nystekte vaffler til kaffen.

Velkommen inn og se vårt varierte program.

For mer informasjon: Bestyrer Nazanin Reyazikhoei. Tlf: 907 07 004

Mail: nazanin.reyazikhoei@bos.oslo.kommune.no



Kontakt oss når du skal selge!

Vår sterke lokalkunnskap gjør at vi oppnår god pris på salg av bolig. Vurderer du å selge? Ta kontakt med oss i dag for en uforpliktende verddivurdering.



Alexander Klemp
*Fagansvarlig
Eiendomsmegler*



Ken Tomter Kobberstad
*Eiendomsmegler
MNEF*



Sven Yngve Hovland
*Eiendomsmegler-
fullmektig*



Steinar Gulbrandsen
*Eiendomsmegler
MNEF*



Sofie Lund
*Eiendomsmegler-
fullmektig*

OBOS eiendomsmeglere Oppsal

Haakon Tveters vei 88, v/Oppsal Senter
Telefon 23 12 65 60



Overnatting i kirkerommet den 26.-27. november 2016. For 5- og 6- klassinger i Søndre Skøyen kapell.

LYS VAKEN



Natt til første søndag i advent feirer vi kirkens nyttårsaften. Dersom du er i 5. eller 6. klasse er du spesielt invitert til festen. Ta kontakt med Daniel så fort du vet om du vil bli med. E-post: dw837@kirken.no.

Spesielt velkommen til deg som blir med for første gang i år. Vi gleder oss til å se deg!

JULETREFEST

For store og små i Søndre Skøyen kapell
Søndag 8. januar kl. 17.00.
Julesang, pølser, kaker, brus og kaffe.
Leker og konkurranser. Godteposer til barna.
Inngangspenger: kr 40,- pr. pers. Familiepris kr. 120,-



JULEVERKSTED

5. desember. Kl. 17.00 i OPUS

Juleverksted med pynting av kirka til jul. Servering av vaffer, pølser, kaker, kaffe og gløgg. Vi skal også synge julesanger sammen med Barnegospel og Oppsang i OPUS bygget ☺

Ta med 40 kr/pers



FAMILIEMANDAG

Alle oddetallsuker på mandager
fra kl.17.00-19.00 i OPUS

Kom til ferdig middag og dekket bord, vi spiser og prater sammen. Etterpå har vi aktivitet og korggrupper før vi avslutter med sangstund. Vi setter pris på at du melder fra at du kommer. Ta gjerne med naboer, familie og venner. Tlf: 23629967. E-post: dw837@kirken.no



SØNDAGSSKOLE



Søndager fra kl.11.00 i SSK

Det er søndagsskoletilbud på alle søndager utenom Barnas gudstjenester, ferier, konfirmasjonsgudstjenester og samtalegudstjenester.

Følg med på gudstjenesteplanen i Naboposten og på hjemmesiden vår.

BABYSANG (0 - 1 ÅR)

Hver torsdag kl.12:00

Hver torsdag fra kl.12.00 i OPUS

Sosialt tilbud for hjemmeværende mødre, fedre og besteforeldre med små barn fra 0-1 år. Det koster 40,-/gang, ellers er det mulighet til å betale 300,- for 10 ganger. Da slipper man å huske penger hver gang man skal til babysang.

Velkommen til sang, lunsj og hyggelig felleskap.



OPPSANG OG BARNEGOSPELKOR



Alle mandager kl. 18.00 i OPUS

Liker du å synge, eller er du interessert i å lære å synge og være med i et godt felleskap med barn på din alder? Oppsang er for deg som er 1-5 år, og barnegospel for deg som er 6-10 år. Vi øver på mandager kl. 18:00- 19:00. Annenhver mandag i alle oddetallsuker starter vi med middag kl. 17:00 i OPUS

Du er hjertelig velkommen ☺

www.oppsalmenighet.no – www.facebook.no/oppsalmenighet –
www.facebook.no/babysangoppsal



Skøyenåsen Legekontor

Vi har utvidet og har nå både en kvinnelig og en mannlig lege.

Vi utfører:

- Allmennpraksis og sykebesøk
- Gynekologi og kvinne-medisin
- Familiemedisin
- Små-kirurgi og lab

Våre åpningstider er mandag til fredag

kl. 09:00 - 15:00

Tlf: 22 75 72 70

Følg oss på facebook
Skøyenåsen Legekontor



Vi ønsker nye og gamle pasienter velkommen



Trenger du følge til lege, tannlege, sykehus eller frisør?

Vi har frivillige som kan følge deg som en ekstra trygghet hvis du er ustø eller usikker på turen alene. Ta kontakt en uke i forveien, så finner vi en frivillig som er ledig til dagen du trenger det.

Trenger du hjelp til noe praktisk hjemme?

Vi har frivillige som kan hjelpe med enkle oppdrag i hus eller hage.

Sentralen holder til i OPPSAL SAMFUNNSHUS 3. ETG.

Åpent mandag-fredag mellom 10 og 15 eller kveldstid etter avtale.

Telefon: 22 75 84 84

e-post: frivilligopp@live.no

Tilknyttet Grasrotandelen!

Velsmakende mat til alle anledninger



- Alt i catering
- Eget konditori
- Selskapslokaler



Matspecialen AS
Ole Deviks vei 26, 0666 Oslo

Tlf **23 03 95 00**

Faks **23 03 95 10**

Deilige retter til rett tid – www.matspecialen.no

*En annonse i
Naboposten synes,
som du ser!*

REMA 1000

REMA 1000 Oppsal,
Vetlandsveien 68

Veterinær

Heidi Nøstvig

- Hjemmebesøk
- Vaksinerer
- ID-merking
- Kastrering
- Avliving
- Annen poliklinisk behandling

Hellerudsvingen 5, 0684 OSLO

Tlf: 950 71 012

NORGES ELDSTE
BEGRAVELSESBYRÅ

Avd Nordstrand: Tlf 23 16 83 30

Avd Majorstuen: Tlf 23 19 61 50

www.wangbegravelse.no

(tidl. Nordstrand Wang Begravelsesbyrå)

wang
NORDSTRAND



DØPTE

Gustav Johannes Fernandez
Sydnes
Harald Sommerfeldt
Johannessen
Mattis Hasseleid
Benjamin Antonio Amdal-
Deressa
Annik Kieding Vestheim
Simon Deressa Vaagland
Johan Martin Banal Gran
Ludvig Stabell
Falk Tangeland Bratland
Audun Verpeide Myklebust
Olai Verpeide Myklebust
Eline Woll Lunke
Isabell Framnes Rygg
Olai Femoen Celius
Emilie Frisvold Skaseth
Kristoffer Svarstad Aarnæs
Hedvig Kjus Skippervold
Trygve Kristiansen Graf
Linnea Martinsen-Nilsen
Håvard Solhaug Dietrichson
Sebastian Holstad
Iver Ellefsen
Leyla Sachmata
Agnes Mæland Opsahl
Maryann Othelia Dahl
Andersen
Eiril Haaseth Keet
Edvard Hellberg Saksæther
Matias Wilhelm Strang Skattum
Markus Mølmshaug Hylland
Ella Ihlen Bjerke
Julie Lund-Nielsen
Søndre Hasund Auberg
Matilde Hagen Colban
Tiril Elise Bull Nakken
Birk Fure Erichsen
Alexandra Hovi
Emil Sommerdal-Tronsli
Nils Holden
Nora Marietta Helle-Pettersson
Mathias Haav Grøndahl
Malin Stenseth

Nytt fra menighetsrådet:

I høst har menighetsrådet særlig vært opptatt av rehabilitering av kirken

DØDE

Harry Svein Jakobsen
Odd Ludvig Gundersen
Arne Henrik Zell
Astrid Synøve Pangård
Odd Egil Foss
Eva Pauline Mowe
Karoline Berg
Knut Egil Paulsberg
Björg Tove Flåte
Kirsten Gunhild Pauck
Alf G Igesund
Per Øistein Borgen
Valborg Sofie Anthun
Aase Riise
Finn Eirik Berg
Elsa-Britt Braastad
Laura Bockelie
Eva Ingrid Moe
Thorbjørn Stenstad
Tom Moen
Helge Lystad
Kjell Karsten Nordby
Olaf Hilstad
John Arne Gunnerud
Tone Lise Reierstad
Heidi Marianne Gill

VIGDE

Kine Schulz og
Christian Mygland
Helene Holm Gundersen og
Mads Aanerud
Christine Tvedt Heide og
Kristian Lundstad Havik
Samhara Weldemicael og
Stian Aasum
Lise Helen Sørtorp og
Fredrik Oliver Sevaldsen
Marianne Stormyr og
Svann Andreas Skavhaug

og iverksetting av fellesgudstjenester i Søndre Skøyen kapell (SSK). Taket på kirken, utvendig fasade og glassmalerier/vinduer er så godt som ferdig rehabilitert. Utskifting av elektrisk anlegg pågår. Ventilasjonsanlegg og utbedring av rømningsveier prosjekteres. Kontoret i kirken vil derfor flyttes over

OFRINGER I OPPSAL KIRKE

14/8: Eget arb. 5.265
21/8: KRIK 7.020
28/8: Misjonsprosj. NLM 7.918
4/9: Eget arb. 6.830
10/9: Eget ungd.arb. 23.380
11/9: Eget ungd.arb. 5.972
19/9: Menighetens
dåpsopplæring 6.442

OFRINGER I SØNDRE SKØYEN KAPELL

12/6: Eget arb. 3.166
21/8: Eget arb. 1.958
28/8: Eget arb. 2.669
4/9: Eget arb. 3.030
11/9: Eget arb. 4.757
18/9: Eget arb. 2.005

OFRINGER I SSK/OPPSAL

25/9: Eget arb. 7.211
2/10: Eget arb. 6.623
9/10: Eget arb. 7.576
16/10: Eget arb. 3.819
23/10: TV-aksj.Røde Kors
9.035
30/10: Misjonsprosj. NLM
4.210
30/10 (kv): Misjonsprosj. NLM
1.981

til OPUS i en periode.

Fellesgudstjenestene i SSK med formiddags- og kveldsgudstjenester på søndager er i full sving. Taxi kjører fra Oppsal kirke hver søndag kl.11.30 med de som synes det blir langt å gå, og folk gleder seg over at kapellet fylles med gudstjenestebesøkende og kirkekaffe-gjester.

Menighetsrådet er også opptatt av hvordan de skal nå nye grupper med tilbud i Oppsal menighet. Det er engasjerte mennesker som sitter i menighetsrådet og staben, som gjerne tar imot nye mennesker og tips og råd om den videre driften.

Mvh Jan Bye

Velkommen til gudstjeneste!



Det er mulighet for dåp hver søndag unntatt i gudstjenester merket med *
Gudstjenestene er kl. 11.00 hvis det ikke står noe annet.



Nattverd



Familiegudstjeneste



Søndagsskole



Oppsal kirke
Kirkeskysst? Ring mellom
kl. 09.30 & 10.00 samme dag.
Tlf.: 952 73 067



Søndre Skøyen kapell

Søndag 20. november
Domssøndag / Kristi kongedag
5 Mos 30,15-20
1 Kor 15,22-28
Joh 9,39-41

Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.

Gudstjeneste m/nattverd
Endre Olav Osnes
Ofr: Eget arbeid



Kl. 18: Kulturaften

Søndag 27. november
1. søndag i advent
Salme 24,1-10
Rom 13,11-12
Matt 21,1-11

Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.

Barnas gudstjeneste (*)
«Lys våken!» 11-åringar inviteres. Nina Niestroj
Ofr: Eget arbeid
Kl. 18: Gudstjeneste m/nattverd. Hans Jacob Finstad
Ofr: Eget arbeid



Søndag 4. desember
2. søndag i advent
Salme 33,18-22
Hebr 6,13-19a
Joh 14,1-4

Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.

Gudstjeneste m/nattverd
Kåre Skråmestø
Ofr: Eget arbeid



Søndag 11. desember
3. søndag i advent
Jes 35,1-10
1 Kor 3,18-23
Matt 11,2-11

Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.

Gudstjeneste m/nattverd
Nina Niestroj
Ofr: Eget arbeid
Kl. 19: O2 -gudstjeneste Endre Olav Osnes. Kafé fra kl. 18



Søndag 18. desember
4. søndag i adventstiden
Rut 4,13-17
Rom 15,8-13
Luk 1,46-55

Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.

Kl. 11: Gudstjeneste med julesanger. Nattverd
Hans Jacob Finstad
Ofr: Eget arbeid
Kl. 11: Gudstjeneste på Oppsalhjemmet. Kirkekaffe. Edel Solberg og Kåre Skråmestø



Lørdag 24. desember
Julaften
Jes 9,1a.2.6-7
1 Joh 1,1-4
Luk 2,1-20











Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.

Kl. 13.45: Familiegudstjeneste Østensjø skolekorps spiller

Kl. 15: Familiegudstjeneste Oppsal barne- og ungdomskor synger

Kl. 16.15: Julaftengudstjeneste Pål Kragstad spiller trombone
Ofr: Kirkens Nødhjelp/ eget arbeid

	Oppsal kirke	Søndre Skøyen kapell
Søndag 25. desember Juledag Ordsp 8,1-2.22-31 Hebr 1,1-6 Joh 1,1-14	Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.	Høytidsgudstjeneste Hans Jacob Finstad Ofr: Eget arbeid
Mandag 26. desember Stefanusdag / 2. juledag Jer 31,15-17 Apg 7,52-60 Matt 2,16-23	Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.	Gudstjeneste m/nattverd i Manglerud kirke.  Felles gudstjeneste med Bøler, Manglerud og Oppsal Ofr: Stefansualliansen
Lørdag 31. desember Nyttårsaften Fork 3,1-2.4-7.11a 1 Pet 1,22-25 Luk 13,6-9	Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.	Kl. 23.15: Midnattsmesse Kåre Skråmestø Ofr: Maritastiftelsen
Onsdag 1. januar - Nyttårsdag (Jesu navnedag) 4 Mos 6,22-27 Fil 2,5-11 Luk 2,21	Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.	Felles prostigudstjeneste Lambertseter kirke
Søndag 8. januar Kristi åpenbaringsdag Jes 60,1-6 Ef 3,1-7 Matt 2,1-12	Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.	Gudstjeneste m/nattverd Hans Jacob Finstad  Ofr: Eget arbeid
Søndag 15. januar 2. sønd. i åpenbaringstiden Jes 42,1-6 Apg 18,24-19,7 Matt 3,13-17	Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.	Gudstjeneste m/nattverd  Endre Olav Osnes  Ofr: Eget arbeid Kl. 19: O2 Gudstjeneste Maarten Lindtjørn Kafé kl. 18
Søndag 22. januar 3. sønd. i åpenbaringstiden 1 Mos 1,26-31 (prekatekst) Åp 21,1-6 Joh 2,1-11	Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.	Misjonsgudstjeneste m/nattverd  Kåre Skråmestø Ofr: Misjonsprosjektet NLM
Søndag 29. januar 4. sønd. i åpenbaringstiden Salme 146,1-10 Rom 16,25-27 Luk 18,35-43	Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.	Gudstjeneste m/nattverd  Hans Jacob Finstad Ofr: Eget arbeid 
Søndag 5. februar 5. sønd. i åpenbaringstiden 1 Mos 15,1-6 Rom 4,1-8 Mark 2,1-12	Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.	Presentasjonsgudstjeneste for konfirmanter. Monika Skaalerud, Kåre Skråmestø Ofr: Eget arbeid
Søndag 12. februar Såmannssøndag Jes 55,8-13 Hebr 4,12-13 Luk 8,4-15	Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.	Barnas gudstjeneste  6 åringer invitert Endre Olav Osnes/Daniel Waka Ofr: Det norske bibelselskap Kl. 19: O2 gudstjeneste Maarten Lindtjørn. Kafé kl. 18

Portrettet: Anne Gunn Knudsen

Troen på Gud er en kraftstasjon i livet mitt!

Anne Gunn Knudsen er vernepleier, og jobber med mennesker med store fysiske og psykiske utfordringer. – Av brukerne mine på jobb har jeg lært å ta vare på de gode stundene. De har ofte en sterk opplevelse av glede og sorg. Noen har ikke språk. De har lært meg noe om å nyte det gode. Fokuser på det du kan gjøre, på tross av dine begrensninger!

Ses best i ettertid

Anne Gunn har røtter i Lunde i Telemark og i Ytre Namdal. - Jeg vokste opp med en barnetro. Da sønnen min skulle døpes, ble jeg kjent med Oppsal menighet. Jeg ble med i søndagsskolen og barnas gudstjenester, og fikk en åndelig oppvåkning. Livet har ikke vært uten motbakker. Gud elsker oss uansett. Vi må holde fast på at på tross av tvil og vanskeligheter, så er kjærligheten størst! Ofte ser vi Guds omsorg best i ettertid, at han bar oss midt i alt som var vanskelig.

Hente mot til hverdagen

Kirken er viktig her på



stedet. Den rommer hele livet vårt, fra begynnelse til slutt. Jeg er klokke i et av gudstjenesteteamene. Føler meg privilegert når jeg vasker 75- 100 nattverdbeger etter en gudstjeneste midt på sommeren. Jeg er glad for å være med i en stor og aktiv menighet. Her kan vi hente mot til hverdagen. Min egen familie bor et stykke unna, og menigheten blir et godt fellesskap. Jeg er frivillig fordi jeg vil være med og bygge menighet. Visjonen vår: "Oppsal menighet: Mennesker møtt av Jesus Kristus", er kjempeviktig.

Ny måte å uttrykke meg på

Jeg liker å formidle kraften i Guds ord også gjennom å skrive. Da jeg mista mye av hørselen, kunne jeg ikke lenger synge. Opplever at Gud i stedet ga meg ordene som en måte å uttrykke meg på.

Gi gløden videre

Det har vært stor utskifting i kirkestaben, men vi har klart å bevare en god kultur. Jeg er glad for at prestene våre er dyktige formidlere. Jeg ønsker at folk på Oppsal skal oppleve kirka som en trygg del av livene sine. Jeg er frivillig i Oppsal menighet fordi jeg vil være med og gi videre den kjærlighet og glede jeg selv har fått. Jeg unner andre å oppleve det samme som meg!

(Les et av Anne Gunns dikt på side 4)



Foto: Liv Karin Olsen