

NABOposten

Nr. 2 - vinter/vår 2018 - 64. årgang

Oppsal Menighetsblad



**Ta godt imot konfirmantene når de
banker på tirsdag 20. mars!**

Adele Hallingstad, Danzi Høgenhaug og Helene Frimo er tre av Oppsals 92 konfirmanter. De går med bøsse for Kirkens Nødhjelp.

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



Ansatte i Oppsal menighet



Dagl. leder (vikar): Elisabeth Damman

T: 23 62 99 60

E-post: ed9433@kirken.no



Daglig leder: Jan Bye

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

I permisjon



Diakon: Edel Lilleeng Solberg

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

E-post: es765@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



Trosopplæringsmedarbeider:

Daniel Waka

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

E-post: dw837@kirken.no



Kateketvikar: Ingvild Amalie Stavran

T: 23 62 99 70 / M: 988 73 381

E-post: is777@kirken.no



Kateketvikar: Simeon Ottosen

T: 23 62 99 70 / M: 917 57 746

Epost: simeonottosen@me.com



Kateket: Monika Skaalerud

I permisjon



Kirketjener: Johnny Hagen

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

E-post: jh879@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 7. juni

Innleveringsfrist:

Mandag 22. mai

Forsidebilde:

Konfirmanter på

innsamling til

Fasteaksjonen

Bilde side 2:

Hans Jacob Finstad:

Rødstrupe

Ganske lite nonneaktig, men Bibelen er min viktigste kraftkilde!

Kari Holmås jobber på Indre Østfold legevakt i Askim. Hun har reist som fritidsforkynner fra 1978 i en rekke ulike kirkesamfunn og miljøer og hadde en tilnærmet fulltids bønnetjeneste for Norge i 2 år. Har vært allmennpraktiserende lege det meste av sitt yrkesliv, men har hele tiden kombinert det med en omfattende sjelesorg- og forbønnetjeneste.

Jeg vokste opp i Trondheim og var «ettåring» i 2 år før jeg begynte å studere medisin i Tromsø.

Ungdomstida var preget av stor aktivitet, jeg var organist og kordirigent, spilte håndball, gikk langrenn, drev orientering, var aktiv i studentpolitikk og leder i kristent ungdoms- og studentarbeid. Nå er det bare litt idrett og musikk til husbruk jeg har tid til. Men jeg er ganske lite nonneaktig, og kanskje ikke typisk for det folk forbinder med bønnedamer...

Gjør at verden henger sammen

Troen var glad, trygg og bærende for mine foreldre og besteforeldre. Men sommeren før jeg begynte på ungdomsskolen, møtte jeg 3 gamle damer på en leir (de var sikkert 50 år!!). Disse hadde en tro og et liv som utstrålte Jesus så sterkt at jeg tenkte: «Når jeg blir gammel, vil jeg bli som dem». En kveld under leiren gikk jeg alene ut i en park og

sa til Gud: «Nå vil jeg ikke bare være Guds barnebarn, men Guds barn: Fra nå av skal du, Jesus, få bestemme over livet mitt».

Nå er jeg selv eldre enn de «gamle damene», og jeg blir bare mer og mer glad i Jesus, og jeg elsker Bibelen. Takket være Guds ord opplever jeg at verden henger sammen. Det åndelige, det menneskelige og det naturlige utgjør en helhet og enhet der alt har med Gud å gjøre. Hver eneste dag kan jeg øse av den visdom og kraft Ordet gir meg.



Omtrent som meg

Jeg har full jobb som lege, 40% overlegearbeid, resten er nattevakter på legevakta. Derfor er min utadrettede tjeneste begrenset. I sjelesorg prioriterer jeg mennesker som arbeider med dype ting i sin identitet, og jeg har ikke lenger en åpen sjelesorgpraksis. Min

forkynnelse preges nok av at jeg både som lege og sjelesorger får vite ganske mye om hvordan mennesker har det bak sine fasader: De har det omtrent som meg. Jeg tror det er derfor mange sier de opplever min undervisning som livsnær og til hjelp.

Vi skal be for syke

Guds menighet skal be for de som er syke eller plaget. Jesus elsker å helbrede, og det burde drive oss inn i bønn at det ikke skjer fler helbredelser mellom oss enn det gjør. Som kristen ber jeg frimodig for de syke. Men i min legegjerning benytter jeg meg av de vitenskapelig anerkjente prinsipper som moderne medisin baserer seg på. Medisinen (enten det er kirurgi, tabletter eller psykoterapi) spiller på lag med - og prøver å utnytte - de helbredelseskrefter Gud selv har lagt ned i mennesket. Å være lege hjelper ikke et fnugg i mitt liv som kristen, *der* er det bare Den hellige ånd som er vår visdom og kraft. Men noen ganger kan min medisinske innsikt hjelpe meg til å skjelve om folks problemer skyldes fysisk eller psykisk eller åndelig sykdom.

Lese og lære Guds ord

Fordi Bibelen selv sier det: «Ordet ble dem til ingen nytte fordi det ikke ved troen smeltet sammen med de som hørte det» (Hebr. 4,2) Hvis ikke Guds Ord

Hva skjer...

NABOLAGSKAFE: Folk som har bodd på Oppsal lenge og folk som er nyttilflytta (blant annet flyktninger) møtes til god mat, samtale, lek for barna, håndarbeid og avislesing. Arr: Oppsal frivilligsentral og Oppsal menighet. Neste kafé blir fredag 23.3 kl 17.00-19.30 på "Kafé X" rett over biblioteket. Inngang fra baksiden.

LØRDAGSTREFF FOR MENNESKER MED UTVIKLINGSHEMMING:

En lørdag i måneden (kl. 12.00) er det en enkel samling i kirkerommet med lystenning, sang og musikk. Etterpå har vi kafe med hjemmebakte kaker, kaffe og te. Bli gjerne med! Kommen- de treff: **lørdag 28. april og 26. mai** i Bøler kirke. Treffene bytter mellom Bøler og Oppsal kirke.

Kulturaften Søndre Skøyen kapell 22. april kl 18:

Forfatteren Tor Åge Bringsvær: «Fantasiens måne - månen i myter og eventyr fra hele verden». Vi garanterer en spennende, interessant og morsom kveld, hvor det også blir musikkinnslag og bevertning. Entre: kr. 100,- . Vel møtt!

SKØYENÅSEN MISJONSFORENING

Mandag 9.april kl. 19.00 hos Birkemoe, Dalbakkveien 104. Magne Mjærum forteller om NMS sine aktuelle arbeidsområder.

FREDAGSLUNSJ:

Ta med matpakke og stikk innom Oppsal kirke **fredager kl. 12.00-13.00!** Vi serverer kaffe og te, og kanskje noe godt til kaffen.

FORMIDDAGSTREFF I SØNDRE SKØYEN KAPELL (kl 12.00-14.00 på onsdager)

Onsdag 21. mars: Forestillingen «Vinterdøgn i Lofoten» og «Vinter- natt i Frognerparken» med klokkenist Laura Marie Rueslåttén og fotograf Hans Jacob Finstad.

Onsdag 18. april: Program gjøres kjent senere.

FORMIDDAGSTREFF/TEMALUNSJ I OPPSAL KIRKE. (kl. 12.00- 14.00)

3. april: Besøk av Dag Auli, som forteller om «Med bagasje fra Oppsal»

8. mai: Besøk av Tora Marie Kolnes, som forteller om sine erfaringer i fra et barnehjem på Filippinene.

5. juni planlegger formiddagstreff busstur til Jeløy, hvor vi besøker kirken og blant annet ser Viktor Sparres glassmalerier. Lunsj. Mer detaljer kommer. Påmelding til diakon Edel Solberg, tlf. 23 62 99 72, eller ES765@kirken.no.

BØNN FOR OSLO. Begynn torsdagen i Oppsal kirke **kl. 09.00- 10.00.**

MORGENBØNN I SØNDRE SKØYEN KAPELL. Hver fredag kl. 08.00-09.00.

Kontakt for begge:

Kåre Skråmestø, tlf. 23 62 99 63.

KIRKERINGEN i Oppsal kirke:

(kl. 12.00 -13.30)

20. mars: Andakt Hans Jacob Finstad

17. april: Andakt ved Kåre Skråmestø.

22. mai: Andakt ved Endre Olav Osnes.

19. juni: Andakt ved Edel L. Solberg



Sommerkafeens vertskap ønsker deg hjertelig velkommen til kaffe og vafler og koselig samvær, følgende dager i **Søndre skøyen kapell (kl. 12 – 14):**
Lørdag 16. juni (dugnad kl. 10.00-12.00, kafé kl. 12.00-14.00), lørdag 14. juli og lørdag 11. august.

Varmt velkommen!



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

Auster
Dame- og Herre-
frisør
Parfumeri AS
Bryn senter
Telefon
22 27 91 13

MANGLERUD ADVOKATKONTOR

Advokat Kari Paulsrud m.n.a.

- Testamenter/arveoppgjør
- Samboeravtale/ektepakt
- Separasjon/skilsmissel
 - Arbeidsrett
- Kjøp/salg av fast eiendom/generasjonsskifte

Manglerud Senter - Plogveien 6 - kontor i 2. etg
Timebestilling tlf.: 21 37 71 77 / 90 88 97 33
E-post: kpaulsrud@kindemco.no

OPPSAL LEGEKONTOR

Spesialist i allmenntillegisin Yngve Rønsen- Timebestilling/Øyeblikkelig hjelp

BARN - VOKSNE- GRAVIDITETSKONTROLL

HJEMMEBESØK ETTER AVTALE

Tlf. 22 27 49 29- Telefontid: 08:00- 15:00
Haakon Tvetters 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@oppsalsamfunnshus.no

Påske i Oppsal:

Se gudstjenestelistene side 8 og 9 for påskens gudstjenester. Spesielt velkommen til **kjærlighetsmåltid kl. 17.00 på skjærtorsdag, 29. mars**. Gudstjeneste med nattverd kl. 19.00. NB: Påmelding til kjærlighetsmåltidet til diakon Edel Solberg, tlf. 23 99 62 72, eller epost es765@kirken.no.

1. påskedag: Kirkekafe/ lunsj etter gudstjenesten. Ikke påmelding.

Vikar for daglig leder



Elisabeth Damman (41) vikarierer for tiden i Oppsal menighet som menighetskonsulent. Hun har erfaring fra jobb i andre menigheter. –Mitt ansvar er stort sett å ha kontroll på alt! Jeg jobber med daglig drift og utleie, og tar imot henvendelser



Fast pris i hele 2018:

Inskripsjoner på gravstein kr 4500,-

Ønsker du ny inskripsjon tilbyr vår steinhugger Jan dette nå helt komplett til fast lav pris. Vi leverer også ny gravsten og vedlikehold.

Ring oss på 22 15 55 50 (Oslo)
eller 64 95 41 00 (Vestby)

 Ellingard
Monument
Lidenskap i hver stein

– en del av  Ellingard
Gruppen

NABOPOSTEN

Oppsal Menighetsblad

Naboposten for 40 år siden

Nr. 3 – 1978:

Nærmere kirken?

Vedtaket i Oslo formannskap nylig om at Oslo kommune skal bidra med 500 000 kroner til reising av kapellbygg på Søndre Skøyen, er ikke uten videre ensbetydende med at kirken nå blir bygd. Det gjenstår ennå en del før det er klart om og på hvilken måte kirken blir reist. Vedtaket i formannskapet er imidlertid et langt steg fram mot en realisering av planen om et kapellbygg.

Naboposten for 20 år siden

Nr. 1 – 1998:

- Gud selv grep inn på altertavlen

Det som øynene dveler mest ved i Oppsal kirke er det sju meter høye krusifikset bak alteret. Det er nok mange som har blitt sittende i kirkebenken og betraktet dette bildet. – Faktisk var det opprinnelig ikke meningen å ha et glassmaleri i fronten, forteller Victor Sparre til Naboposten. – Men jeg hadde en overbevisning om at det måtte være med. Det er jo alteret vi ser mot i kirken. Krusifikset fungerer som altertavle, det ville ikke vært det samme med en tom vegg.

v/ Johan Hindahl

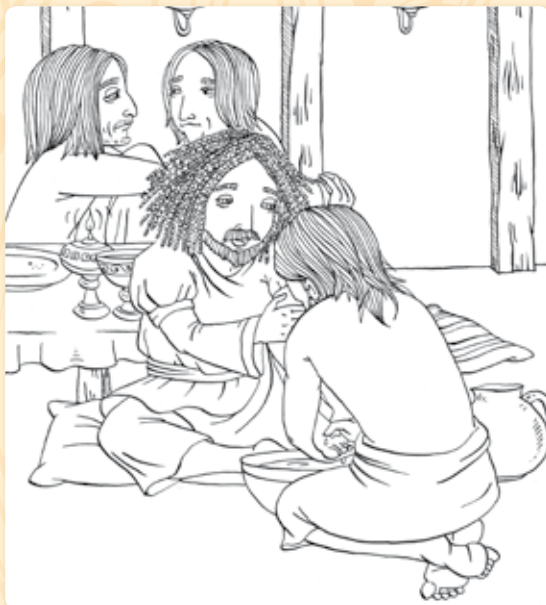
Napp ut midtsiden og ta vare på den, så har du barnas sider (side 7 og 10)!



BARNAS SIDE

Fargelegg!

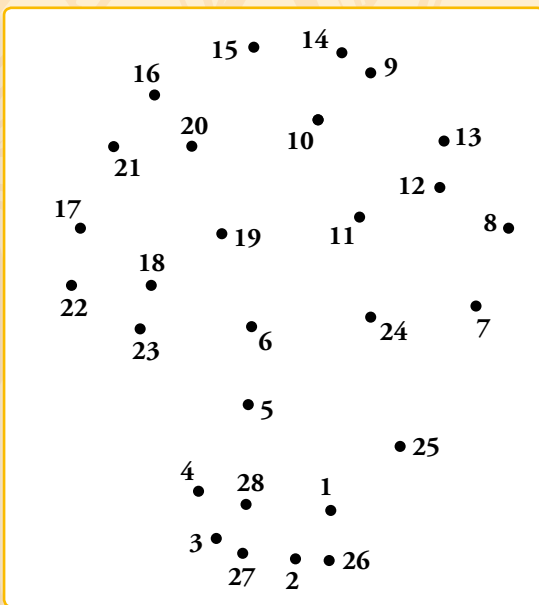
Jesus vasket disiplenes føtter.



Tegning: Jan McCafferty

Prikk til prikk

Tegn en strek fra 1 til 2 og så videre. Hva skjuler seg?



Mannen gikk inn på reisebyrået og sa:

- Jeg vil ha en billett til Sikte.
- Sikte, hvor er det?
- Jeg vet ikke, men på værmeldingen sa de at det var bedre vær i Sikte.

Vitser

- Hvorfor spiser du plaster?
- Jeg har så vondt i magen.

- Hvorfor putter du iPhoneen din i juspressa?
- Jeg lager Apple-jus.

Finn 5 feil

Tegning: Jan McCafferty

Kvelden før Jesus ble korsfestet, feiret han påskemåltid med disiplene sine. Finn de fem feilene i bildet til høyre!



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

Disse oppgavene er hentet fra bladet.

Bestill abonnement

på sondagsskolen.no eller **22 08 71 00**



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 18. mars
Maria budskapsdag
Jer 33,14–17
Ef 1,3–6
Luk 1,46–55

Gudstjeneste m/nattverd
Kåre Skråmestø



Ofr: Fasteaksjonen, KN
MENIGHETENS ÅRSMØTE

Felles gudstjeneste i Oppsal kirke

MENIGHETENS ÅRSMØTE

Søndag 25. mars
Palmesøndag
Jes 56,6–8
Rom 3,21–26
Matt 26,6–13

Gudstjeneste m/nattverd
Bønnevandring
Endre Olav Osnes



Ofr: Alpha Norge

Gudstjeneste m/nattverd
Hans Jacob Finstad

Ofr: Eget arbeid



Torsdag 29. mars
Skjærtorsdag
Jer 31,31–34
Hebr 10,19–25
Luk 22,14–23

Kl.17 Kjærlighetsmåltid. Husk påmelding. Se side 6
Kl.19 Gudstjeneste m/nattverd
Endre Olav Osnes



Ofr: Eget arbeid

Felles gudstjeneste i Oppsal kirke

Fredag 30. mars
Langfredag
Joh 18,1–19,42

Gudstjeneste
Eigil Morvik
Ikke offer

Felles gudstjeneste i Oppsal kirke

Søndag 1. april
Påskedag
Matt 28,1–10

Høytidsgudstjeneste m/nattverd
Hans Jacob Finstad



Ofr: Normisjon

Felles gudstjeneste i Oppsal kirke

Mandag 2. april
2. påskedag

Jazzmesse i Lambertseter kirke

Jazzmesse i Lambertseter kirke

Søndag 8. april
2. søndag i påsketiden
Jer 31,1–6
eller Apg 1,1–5
1 Joh 5,1–5
Joh 21,15–19

Gudstjeneste m/nattverd
Lekmannsgudstjeneste
Hans Jacob Finstad
Mona Ekstrøm preker
Bønnevandring
Søndagsskole
Ofr: Eget arbeid



Gudstjeneste m/nattverd
Endre Olav Osnes
Ofr: Eget arbeid



O2 Gudstj kl 18, kafé kl 19

Søndag 15. april
3. søndag i påsketiden
Esek 34,23–31
eller Apg 3,12–21
Hebr 13,20–21
Joh 10,1–10
















Gudstjeneste m/nattverd
Kåre Skråmestø
BraWocalis
Ofr: P22



Gudstjeneste m/nattverd
Hans Jacob Finstad
Ofr: Eget arbeid



og på side 7 og 10 «barnas aktivitetsside» og oversikt over det som skjer for barna.

<p>Søndag 22. april 4. søndag i påsketiden Jes 43,16–21 eller Apg 9,1–19 Åp 2,1–7 Joh 13,30–35</p>	<p>Tårnagentgudstjeneste- barnas gudstjeneste Endre Olav Osnes  Daniel Waka Ofr: Eget arbeid</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd Kåre Skråmestø  Ofr: Eget arbeid Kl.18 – Kulturaften. Se side 4.</p>
<p>Søndag 29. april 5. søndag i påsketiden 1 Kong 17,8–16 Rom 12,1–3 Luk 13,18–21</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd (*) Edel Lilleeng Solberg  Ofr: Eget arbeid</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd  Hans Jacob Finstad Ofr: Eget arbeid</p>
<p>Søndag 6. mai 6. søndag i påsketiden Dan 9,17–19 3 Joh 11 Matt 7,7–12</p>	<p>Barnas gudstjeneste m/nattverd. Babysang og jazzgruppe deltar.  Endre Olav Osnes  Daniel Waka Ofr: Kirkens SOS</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd  Hans Jacob Finstad Ofr: Eget arbeid</p>
<p>Torsdag 10. mai Kristi himmelfartsdag Luk 24,46–53</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd  Hans Jacob Finstad Ofr: Eget arbeid</p>	<p>Felles gudstjeneste i Oppsal kirke</p>
<p>Søndag 13. mai Søndag før pinse Sak 14,6–9 Åp 21,22–27 Joh 3,16–21</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd  Endre Olav Osnes Bønnevandring Ofr: Eget arbeid O2 Gudstj kl 18, kafé kl 19</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd  Kåre Skråmestø Ofr: Alpha Norge</p>
<p>Søndag 20. mai Pinsedag 1.Mos 1.1-5 Apg 2. 1-11 Joh 14. 15-21</p>	<p>Høytidsgudstjeneste m/nattverd og dåp  Kåre Skråmestø Ofr: Eget arbeid</p>	<p>Høytidsgudstjeneste m/nattverd  Hans Jacob Finstad Ofr: Eget arbeid</p>
<p>Mandag 21. mai 2. Pinsedag Jes 44. 3-5 Apg 11. 19-26 Joh 6. 44-47</p>	<p>Felleskirkelig pinsefest for hele prostiet i Oppsal Kirke Kåre Skråmestø, Hans Jacob Finstad og Eigil Morvik Ofr: Østmarkskapellet</p>	<p>Felleskirkelig pinsefest for hele prostiet i Oppsal kirke</p>
<p>Søndag 27. mai Treenighetssøndag 1 Mos 18,1–8 Rom 11,33–36 Luk 10,21–24</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd  Endre Olav Osnes Ofr: Eget arbeid</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd  Hans Jacob Finstad og Eivind Osnes Ofr: Eget arbeid</p>
<p>Søndag 3. juni 2. søndag i treenighetstiden Salme 67,2–6 Gal 3,23–29 Joh 3,26–30</p>	<p>Bydelsdagsgudstjeneste i Abildsø Misjonskirke. Felles gudstjeneste for Manglerud, Bøler og Oppsal</p>	<p>Bydelsdagsgudstjeneste i Abildsø Misjonskirke. Felles gudstjeneste for Manglerud, Bøler og Oppsal</p>
<p>Søndag 10. juni 3. søndag i treenighetstiden Jes 50,4–5 Rom 8,28–30 Joh 1,35–51</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd  Endre Olav Osnes  Ofr: Eget arbeid Søndagsskole: sommeravslutn. O2 Gudstj kl 18, kafé kl 19</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd  Hans Jacob Finstad Ofr: Kirkens bymisjon</p>

Annenhver mandag i oddetallsuker kl. 17.00-18.30



Kom til ferdig dekket bord og middag, vi spiser og prater sammen. Deretter samles vi til bibelfortelling og aktivitetsgrupper. Dette semesteret starter vi opp med spill og Jazzdansgruppe for deg som er 6 år og oppover.

Velkommen til både store og små.

Påmelding: Send e-post til dw837@kirken.no. Kr 40/pers og maks kr 120/familie

Lørdag 21. april kl. 12.30- 17.00 og søndag 22. april kl. 10.00- 13.30 (8 år)



8-åringene er velkommen til en spennende helg med utforskning av hemmelige rom i kirken! Ta med lommelykt, forstørrelsesglass og solbriller. Kirken blir ferdig pusset og du vil bli blant de første som får utforske

Jazzdans (6 -10år)

Annenhver mandag i oddetallsuker kl. 17.00

Liker du å danse, eller er du interessert i å lære å danse og være med i et godt felleskap med barn på din alder? Vi starter opp med jazzdans for barn som er 6 år og oppover.



SØNDAGSSKOLE



Søndager fra kl. 11.00 i Oppsal kirke

Det er søndagsskole på enkelte gudstjenester. Følg med på gudstjenesteplanen i Naboposten og på hjemmesiden vår.

BABYSANG (0 - 1 år)

Hver torsdag kl.12.00

Sosialt tilbud for hjemmeværende mødre, fedre og besteforeldre med små barn fra 0-1 år. Det koster kr 50/gang, ellers er det mulighet til å betale kr 400 for 10 ganger. Da slipper man å huske penger hver gang man skal til babysang.

Velkommen til sang, lunsj og hyggelig felleskap.



OPPSANG (1-5 år)

Annenhver mandag kl. 17.00



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? Møt opp annenhver mandag på "SuperMandag" i oddetallsuker. Tiltaket er for barn mellom 1-5 år.

Oppsal treffsenter 60 pluss

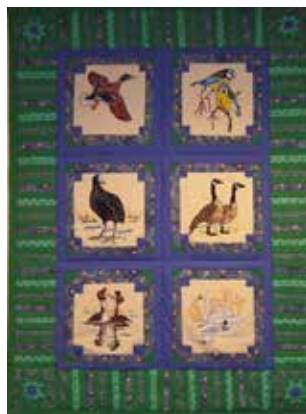
En trygg møteplass for alle innbyggere med ulike helsefremmende og forebyggende tiltak. Det er 3 kommunalt ansatte og mange frivillige som jobber på treffsenteret. Senteret vil informere om noen få aktiviteter og inviterer innbyggere til å delta i de ulike tilbudene på Oppsal treffsenter.

*Det vil være påskelunsj onsdag 21.03.2018. Det er kokken og assistenten som skal sørge for kjempegod lunsj. Lunsjen er kun for forhåndspåmeldte og fristen for å betale egenandel er 14.03.2018. Senteret er stengt for andre den dagen. Påskelunsjen er alkoholfri hos oss.

Fredag 20.04.2018 kl. 12.00 skal det være mannekengoppvisning v/Madame klær.

*Siste fredagen i hver måned har vi underholdning. Datoene er 23.03, 27.04, 25.05 og 29.06. Dette er et gratis tilbud.

*Hørselshjelper Jann-Erik Lahnstein kommer til oss andre onsdagen i hver måned. Han gir råd og veiledning om bruk av høreapparater og selger batteri. Besøksadresse: Vetlandsveien 99/101, 2.etg. på Oppsal samfunnshus
Telefon: 907 07 004. Mail: nazanin.reyazikhoei@bos.oslo.kommune.no



/oppsaltreffsenter60pluss



Bydel
Østensjø

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



**Sven Yngve
Hovland**

Eiendomsmegler-
fullmektig



**Steinar
Gulbrandsen**

Eiendomsmegler
MNEF



**Christopher
Sæter**

Eiendomsmegler

OBOS eiendomsmeglere Oppsal

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



OBOS
eiendomsmeglere

Gratis trim!

Lyst på fem fine turer?

Har du lyst å bidra slik at fler får Naboposten i postkassa? Vi trenger nye ombærere av bladet. Bladet kommer med fem utgaver i året... og det finnes mange ulike typer ruter. Ta kontakt med diakon Edel, telefon 23 62 99 72, eller på epost es765@kirken.no hvis du er interessert!

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



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!



Grønne tips:

Føler du at det er vanskelig å gjøre rette valg for å ta vare på jorda vår? Naboposten vil i denne spalten gi noen tips til hvordan du kan bidra til en forandring som nytter. Du kan ikke redde kloden alene, men du kan gjøre noen små grep. Spiser du mindre kjøtt, bruker t-bane og buss mer, og bil og fly mindre, så gjør du det enklere for andre å gjøre det også. Å redusere bruken av kjøtt er en viktig og ganske enkel måte å redusere CO2-avtrykket ditt. Anita Stokke Blomvik har den fine bloggen **Kvardagsmat.no**. Hun har gitt oss lov å gi deg oppskriften på en deilig, kjøttfri middag! Denne lasagnaen er så god at du ikke merker at det mangler kjøtt. Lag gjerne dobbelt porsjon: Omtrent like mye arbeid, og så fint å ha ferdig middag i fryseren! Lasagnaen smaker nesten enda bedre dagen etter.

Til 4-5 personer treng du:

- 1 løk
- 3 fedd kvitløk
- 1/2 raud chili
- 2 ss frisk oregano
- 1 ts tørka basilikum
- 2 ss hakka soltørka tomat
- 400 g hakka tomat (gjernene på kartong)
- 6-8 lasagneplater
- 1 squash
- 1-2 vårløk
- 3 gulrot
- 1 pastinakk
- 2 beter
- 1/2 sellerirot
- 2-3 ss olivenolje
- ca 2 dl creme fraiche
- 200 g fetaost
- reven ost på toppen



Slik gjer du:

1. Set ovnen på 200 grader over og undervarme.
2. Skrell og del gulrot, pastinakk, betene og sellerirot i terningar og finhakk 2 fedd kvitløk. Ha over i eit eldfast fat og ringle over olivenolje. Steik i ovnen i omlag 30 min (medan du klargjer resten).
3. Lag tomatsausen ved å dele løk i terningar og finhakke kvitløk og chili. La dette surre i ei gryte med 1 ss olivenolje til løken er blank. Ha i hakka tomat og soltørka tomat. Krydre med basilikum, oregano, salt og pepper og la småkoke.
4. Del squash i terningar og vårløk i bitar.
5. Ta rotgrønsakene ut av ovnen og monter lasagnaen. Legg lagvis rotgrønsaker, squash og vårløk, tomatsaus, lasagneplater og fetaost i to lag. Avslutt med creme fraiche og reven ost.
6. Steik midt i ovnen i omlag 30 minutt. La lasagnaen avkjøle seg i omlag ti minutt før du serverer.
7. Velbekomme!

Mange motbakker?

Ta kontakt med diakon eller prester i Oppsal for en samtale. De har taushetsplikt, og vet gjennom sin bakgrunn noe om hvor vanskelig det er å møte livets utfordringer. Det finnes rom for deg som er i ulike typer sorg. Blant annet har kirken grupper for deg som går gjennom samlivsbrudd. («Sorgen det ikke sendes blomster til.») Du finner telefonnummer og epostadresser på side 2 i dette bladet. Vi viderefremidler også gjerne hjelp hvis du synes det er vanskelig å finne den støtten du trenger.

DØDE

Reidun Synnøve Wangen
Marit Snefrid Morken
Odd Ragnar Sæter
Asbjørg Helene Gunnarsen
Inger Lie
Margrethe Sandkvist
Per Otto Rønning
Mildred Bech Skaalerud
Esther Lydia Sofie Kandola
Sølvi Enger Haug

DØPTE

Josefine Skjelbred Klingen
Selma Bjella Gulliksrud
Torjus Rybråten Mo
Magnhild Kristine Johansen
Elias Tesfai Dyb
Jonah Sedeniussen
Anne Olimstad Gjetmundsen

OFRINGER I OPPSAL KIRKE

04/02: Acta 7.829
11/02: Eget arbeid 2.654
18/02: Maritastiftelsen 7.096
25/02: Eget arbeid 7.736

OFRINGER I SØNDRE SKØYEN KAPELL

21/01: Eget arbeid 1.633
28/01: Bibelselskapet 2.692
04/02: Østmarkkapellet 3.243
11/02: Eget arbeid 2.486
18/02: Eget arbeid 1.240
25/02: Eget arbeid 1.800



Fasteaksjonen 2018

I Oppsal deltar i år over nitti ungdommer i konfirmasjonstiden. En naturlig del av å være konfirmant er å gjøre noe for andre. **Tirsdag den 20. mars** går Kirkens Nødhjelps fasteaksjon 2018 av stabelen. Konfirmantene vil sammen med en foresatt gå med bøsse og ringe på dørene. På forsida av Naboposten denne gangen ser du noen av konfirmantene klare til innsats. Mange voksne frivillige deltar også i aksjonen, enten som bøssebærere, eller i støtteapparatet rundt fasteaksjonen. Oppsal har god tradisjon for å gjøre det bra i fasteaksjonen, i år satser vi på å bli en av de tre menighetene i landet med best resultat!

Behov for vann

Tilgangen på rent vann er sårbar der mennesker rammes av katastrofer. Det siste året har Kirkens Nødhjelp gitt rent vann til blant andre flyktninger i Sør-Sudan, Nord-Irak og Syria, flomofre i Malawi, tørkerammede i Etiopia og jordskjelvofre i Nepal.

Du kan hjelpe

Ditt bidrag gjør det mulig for Kirkens Nødhjelp å være der med rent vann når katastrofen rammer. Derfor håper vi du vil støtte fasteaksjonen i Oppsal menighet, enten ved å stille som bøssebærer eller ved å gi et bidrag.

Ta godt imot konfirmantene og de andre bøssebærerne som ringer på døra di denne dagen!



Slamperud/Braaten – gammel plass ved Trasop skole

Rett sør for Trasop skole er det noen hustuffer godt synlig inn mot der nye OBOS-blokker rager over grantoppene. I skogkanten er det rester av en støpt grunnmur, et par steintuffer og noen hagetrær som forteller at her må det ha bodd folk lenge før OBOS-blokkene ble reist. Første gang det omtales en husmannsplass her er i 1750, altså for 268 år siden. Plassen het Slamperud, et rud-navn som var vanlig i middelalderen da nye plasser ble ryddet. Så gammel er plassen neppe. Fra 1700-tallet er det, særlig på Østlandet, registrert mange nyere navn på mindre bruk med rud-navn. Førsteleddet Slamp er litt spesielt og kan kanskje vise til en nyrydding. Midt på

1800-tallet gikk plassen over til å hete Braaten, et ganske alminnelig navn på Østlandet.

I 1834 får vi vite at det bor en familie her på syv personer. Det er Anne Haagensdatter på 48 år og mor til fem barn fra ett til femten år, tre jenter og to gutter. Husmannen Peder Hansen var 28 år og ikke far til barna. Barna har da også etternavnet Børresson og Børresdatter etter faren som het Børre Pedersen. Det yngste barnet Carl er bare ett år. Faren kan derfor ha gått bort før han ble født. I fortvilelsen med underhold av barneflokken fikk hun trolig en ugift slektning eller bekjent til og tre inn som husmann. Kontrakten med godseieren på Østre Skøyen, den tidligere stiftsamtmann

Niels Emanuel de Thygeson, hjemlet neppe en lempelig ordning når arbeidskraften opphørte.

Etter delingen av Østre Skøyen i 1842 kom Slamperud under Søndre Skøyen. I 1865 heter plassen Braaten og det er en ny familie som bor her. På begynnelsen av 1900-tallet bor Kristian Olsen med kona Dagny her. I 1902 frikjøpes plassen. På folkemunne ble Kristian Olsen kalt «Olsen i Braatan». Han hadde hest og drev kjøring for Aker Veivesen, men hadde ingen arbeidsoppgaver på Søndre Skøyen. Datteren arvet plassen, og i 1961 ble plassen ekspropriert av kommunen. Låven ble revet midt på 1950-tallet og våningshuset i 1961.



Den nordligste av tre synlige hustuffer etter plassen Braaten, tidligere Slamperud. I bakgrunnen Trasop skole. Kilde: Østensjø lokalhistoriske bilder; bilde-nr. B20050306. Flere bilder, se <http://bildebaser.deichman.no/>.

Portrettet: Kari Holmås, fortsatt fra side 3

smelter sammen med livet vårt, blir det bare noe vi «vet i hodet». Når vi begynner å leve av Ordet, tygge på det, stole på det, gjøre som det sier - da blir Ordet ett med våre liv. De fleste av oss har nok med en setning eller et vers om gangen. Når et bibelord blir levende for oss, er det et Åndens signal om at vi skal ta det til oss og la det smelte sammen med livet vårt i hverdagen. Da vil vi begynne å erfare Gud på en helt ny måte, troen blir levende og vi får en tro ingen kan ta fra oss fordi vi kan vitne om det vi har «sett og hørt». Akkurat nå ønsker jeg at Norge må komme tilbake til Gud.

Avhengig av Gud

Å møte så mange mennesker i vanskelige livssituasjoner gir meg utrolig mye glede og energi. Når vi lever ut et kall med den utrustning Gud har gitt oss, vil vi erfare at «begeret renner over». Det er uendelig meningsfullt å gå inn i menneskers livssmerte sammen med

Jesus. Han svikter aldri, og jeg blir avhengig av å leve i bønn hele tiden. Yrket og tjenesten driver meg inn i en desperat avhengighet av Gud. Den svakheten og utilstrekkeligheten jeg ofte



kjenner, har styrket troen min på GUD, fordi jeg stadig får erfare hvordan Han griper inn når jeg selv våger å være hjelpeløs. Men selvsagt kan jeg også bli veldig mennesketrøtt. Mitt eget bønneliv over en åpen Bibel, er min viktigste kraftkilde i hverdagen. Men jeg henter også mye styrke

i mine nærmeste relasjoner, gjennom trening og friluftsliv og ved pianoet.

Ny lengsel

Temaet for bønnedagen i Oppsal er «Med blikket festet på Ham - om bønn som livsstil».

Jeg ber om at Den hellige ånd må dra mennesker inn til Jesus og skape i dem en ny lengsel etter å leve nær Herren hele tiden og i alle ting.

Jeg **vet** at Jesus er med oss - også denne bønnedagen. Og jeg tror Han vil legge ned i hjertet mitt akkurat det forsamlingen trenger å høre. Og en ting vet jeg iallfall: Hvis det er Jesus vi møter, vil det skape en trang i oss til å takke og tilbe Ham og til å lytte til hva Han har å si. Og **det** er bønnens innerste vesen.



«Med blikket festet på Ham»- om bønn som livsstil!

Lørdag 14.april (kl. 10.00-14.00) arrangerer menigheten bønne- og inspirasjonsdag i Oppsal kirke. I mange år har vi hatt prostiets bønnedag på høsten. Bønne-teamet i menigheten og sokneprest Kåre Skråmestø syntes det kunne være inspirerende å arrangere en egen bønnedag i menigheten i vårhalvåret. Bønnedagen er åpen for alle. Det blir gitt anledning til bønn/forbønn.

Vi har vært så heldig å få Kari Holmås til å holde et seminar om bønn. (Se intervju med henne s. 3+16.)

TA MED BIBEL!

Beverting. Dagen avsluttes i kirken med enkel nattverdgdustjeneste.