

NABOposten

Nr. 3 - høst 2020 66. årgang

Oppsal Menighetsblad

Konfirmantleir!

Les mer på side 13 og 20



Søndre Skøyen kapell 40 år!

Kontaktinformasjon



- mennesker møtt av Jesus Kristus

Oppsal kirke

Solbergliveien 85, 0683 Oslo

Bankkonto: 7877.06.73983

Gaver: 1506.24.57926

Menighetskontoret

Telefon: 23 62 99 60

E-post:

post.oppstal.oslo@kirken.no

Åpent: mandag til fredag

kl. 10:00 - 14:00

Oppsal menighetsråd

Leder: Sylvi Tennø

Telefon: 986 53 635

Søndre Skøyen kapell

Dalbakkveien 39, 0682 Oslo

Henvendelser rettes til

menighetskontoret Oppsal.

Bankkonto: 1609.12.68071

Gaver: 1506.25.32243



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



Følg oss på

Facebook

@oppstalmenighet

www.oppstalmenighet.no

Ansatte i Oppsal menighet



Daglig leder: Asbjørn Kjekshus

M: 911 30 494

E-post: ak663@kirken.no



Sokneprest: Kåre Skråmestø

M: 924 26 917

E-post: ks638@kirken.no



Kapellan: Nina Kristine Niestroj

M: 482 73 390

E-post: nn834@kirken.no



Diakon: Edel Lilleeng Solberg

T: 408 14 241 / M: 917 08 146

E-post: es765@kirken.no



Trosopplærer:

Vakoté Yama Dieudonné

M: 975 62 277

E-post: vd822@kirken.no



Kantor: Sølvi Ådna Holmstrøm

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



Menighetsarbeider:

Ingvild Amalie Stavran

M: 988 73 381

E-post: is777@kirken.no



Menighetsarbeider for barn:

Ingeborg Fink Sørheim

M: 970 24 701

E-post: ifsorheim@gmail.com



Kirketjener: Johnny Hagen

T: 408 14 212 / M: 938 04 007

E-post: jh879@kirken.no

Kirken følger nasjonale smittevernregler. Alle gudstjenester og arrangement annonseres med «korona- forbehold».



NABOPOSTEN
Oppsal Menighetsblad

Naboposten utgis av Oppsal menighet. Opplaget er 8.500 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 19.11.2020

Innleveringsfrist:

Mandag 2.11.2020

Forsidefoto:

Konfirmantene på leir

Foto:

Ingvild Amalie Stavran



Til ettertanke:

Livet som larve og sommerfugl

Tekst: Ragnhild H. Aadland Høen

Jeg vet en deilig have. Det vil si, egentlig er det ikke en hage, men en enorm blomstereng på den hellige øya Selja i Nordfjord. Om vinteren herjer stormene her ute ved Stadt. Om sommeren derimot er det småfuglene og sommerfuglene som regjerer. Aldri noe sted har jeg sett så mange sommerfugler som i blomsterengen vår på Selja.

Visste du at sommerfuglen er et av de eldste kristne oppstandelsessymbolene? Gjennom historien har kristendommen lånt symboler fra andre kulturer for å uttrykke viktige trossannheter. Sommerfuglen er en av disse.

Nesten uansett hvilken kultur du drar til, står sommerfuglen for nytt liv og håp. I antikkens Hellas var sommerfuglen et evighetssymbol. Og her kommer et fascinerende poeng: Ordet ψυχή, *psukhé*, kan bety sommerfugl på gresk. *Psukhé* er også det greske ordet for *sjel*. (Du kjenner det fra norsk; psyken.) Når Paulus skriver at «*Det første mennesket, Adam, ble en levende sjel*», er det nettopp dette ordet han bruker.

Sommerfuglens livsløp passer perfekt til å forklare den kristne troen rundt hva det er som skjer med oss mennesker før, i og etter døden. Livet til en sommerfugl starter i egget. I vårt tilfelle: i livmoren. Deretter blir du en larve på jorda. Der er vi nå. Puppen symboliserer



kisten. Døden. I den skjer forvandlingen av mennesket, og et nytt menneske oppstår.

Når larven slippes ut av kisten er den forvandlet til en sommerfugl. Den er det samme individet. Men samtidig noe helt annet. Aldri før har den vært en sommerfugl. Den er blitt seg selv – mye mer seg selv enn den noen gang var mens den kravlet på jorda. Den har gjennomgått en siste, totalt gjennomgripende forvandling. *Μεταμόρφωσις. Metamórphōsis*. Det er dette sommerfuglordet *metamorfose*, forvandling,

som Paulus bruker i en av de mest fantastiske og kraftfulle tekstene i hele Bibelen:

«For basunen skal lyde, de døde skal stå opp i uforgjengelighet, og vi skal bli forvandlet. Og når dette forgjengelige er kledd i uforgjengelighet og dette dødelige er kledd i udødelighet, da oppfylles det som står skrevet: Døden er oppslukt, seieren vunnet. Død, hvor er din brodd? Død, hvor er din seier?»
1. Kor 15,52ff)

Hvordan skal en larve kunne forestille seg hvordan det er å fly under himmelen som en

sommerfugl? Hvordan kan et menneske på jorda forestille seg livet etter oppstandelsen, i himmelen med Gud? Det kan vi ikke. Men undre oss kan vi. Spesielt når vi ser en sommerfugl.



Ragnhild H. Aadland Høen er kommunikasjonsleder ved MF vitenskaplige høyskole. Hun blogger på www.stasunniva.blogspot.no, der du finner flere av hennes andakter.

Hva skjer...

Temalunsj/formiddagstreff i Oppsal kirke: (Tirsdager kl. 12.00-14.00)

- 1. september:** Besøk av Irene Mathisen, fra Frelsesarmeens slumstasjon.
- 6. oktober:** May Grimdalen forteller om Anne Grimdalen: Kunsten og kristentroen.
- 3. november:** Odd Georg Murud forteller om Hans Nielsen Hauge, bondegutten fra Tune i Østfold, som ble vår mest kjente forkynner. Vi hører om hans eventyrlige liv.

Kirkeringen i Oppsal kirke (Tirsdager kl. 12.00 -13.30)

Velkommen til et hyggelig treff. Ta med matpakke.

- 22. september, 20. oktober og 17. november**

Fredagslunsj i Oppsal kirke (kl 12.00-13.00):

Ta med matpakke! Det serveres kaffe, te og kanskje noe godt til kaffen. (Hver fredag, bortsett fra høytidsdager.)

Lørdagstreff for mennesker med utviklingshemming:

(Lørdager kl. 12.00-13.30)

- 29. august:** Treff i Bøler kirke.
- 26. september:** Treff i Oppsal kirke.
- 31. oktober:** Treff i Bøler kirke

Bibellesekveld i Oppsal kirke (Tirsdager kl. 20.00 -21.00)

Noen leser høyt fra Bibelen - ett og ett kapittel - etterfulgt av noen minutters stillhet for refleksjon. Et rom for hvile og inspirasjon! Velkommen!

Formiddagstreff i Søndre Skøyen kapell (Onsdager kl 12-14)

- 23. september:** Besøk av Eivind Arnevåg, leder av Oase Norge. Han forteller om arbeidet de driver, blant annet «bønnehuset» som er i Søndre Skøyen kapell hver mandag.
- 21. oktober:** Vi fortsetter å feire kapellets jubileum. Kåre Skråmestø deler glimt fra de 40 år!
- 18. november:** Mer info kommer!

Skøyenåsen misjonsforening:

Det blir ingen møter i nærmeste fremtid på grunn av pandemien. NMS trenger likevel penger fra oss til sitt arbeid. Kari Selvaag/Marit Birkenmoe har kontonummer og kidnr. til NMS slik at de som vil kan sende sin gave. Husk også på bønn for NMS og deres arbeid.

Menighetsfest

8. oktober kl. 18.30

Sett av kvelden til et trivelig lag med god mat! Påmelding til post.oppсал.oslo@kirken.no, eller til menighetskontoret, tlf. 23 62 99 60. Mer om programmet kommer senere!

Menighetsrådet har møte:

- Onsdag 26. august
Onsdag 23. september
Onsdag 28. oktober
Onsdag 25. november



Bønn for Oslo:

Torsdag morgen kl. 09.00-10.00 i Oppsal kirke. Vi ber for byen vi bor i, og alt annet som ligger oss på hjertet.

KONKURRANSE!

Dette nummeret av Naboposten er fullt av sommerfugler, som er et gammelt kristent symbol. Vi utlyser en liten konkur-

ranse for de minste: Hvor mange sommerfugler kan du finne i bladet? Send svar til es765@kirken.no innen 1.10.2020. Vi trekker noen fine premier!



Jens Fr. Brenne:

**Bibeltimer
om Kristus-
kransen,
kristen tro
og bønn**

Oppsal kirke 10.9., 17.9.
og 24.9. kl 19.00-21.30.



MANGLERUD ADVOKATKONTOR

Advokat Kari Paulsrud m.n.a.

- Testamenter/arveoppgjør
- Samboeravtale/ektepakt
- Separasjon/skilsmisse
 - 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 allmenntmedisin 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 senter)

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



Pers bil

Din lokale sykkel- og bilbutikk

Hos Pers hjelper vi kundene til å finne riktig type sykkel, og du kan prøve alle sykler. Vi tar også din bruktbil i innbytte. Eller vi selger den for deg. Vi tilbyr både finansiering og betalingsutsettelse i inntil 9 måneder.



Sykkellåser, hjelmer, solide sykkelfot-pumper, vinterdekk, etc.

Vi har fortsatt noen sykler på lager.

Verksted til alle typer sykler.

NYHET: Du kan nå bestille alt av bil-deler og rekvisita via mail. Oppgi reg. nr. Vi får tilkjørt deler daglig.



Gjør som Grete, unngå bilkø og trengsel i kollektivtrafikken. Bytt ut bilen i elsykkel.



Du kan nå også bestille 2021-modeller og sikre deg tidlig levering. Nytt av året er "Longtail" med plass til to barn bakpå.

Vi er stolte over at vi nå har blitt leverandør av: ULVANG - LUNDHAGS - SWIX - TOKO - HELSPORT



Velkommen til den lille sykkel- og bilbutikken ved Coop Prix i

Oppsalstubben 3 Mail: per@persbil.no

Tlf: 22164050 Web: persbil.no eller perselsykler.no



Vi gleder oss til å
hjelpe deg med
høstens
arrangementer!

Matspecialen AS

 **23 03 95 00**

Ole Deviks vei 26, 0666 Oslo

Deilige retter til rett tid -  matspecialen.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



**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

Lyst å være med på noe meningsfylt?

Oppsal menighet har tilbud for mennesker i alle aldre. Mange ser verdien i dette arbeidet, og støtter opp gjennom givertjenesten.

Daglig leder, Asbjørn Kjekshus, forteller at det nå er blitt lettere å bli fast giver. -Du kan enten gå inn på www.oppsalmenighet.no og følge anvisningene under saken «Bli en fast giver», eller kontakte menighetskontoret (tlf. 23 62 99 60) og fylle ut et skjema hvor du oppretter avtalegiro. Med faste givere blir menighetens økonomi mer forutsigbar,

og det blir mindre administrasjon. Du kan også få skattefradrag på denne måten.

-Jeg gleder meg over den brede kontaktflaten vi har, sier Asbjørn Kjekshus. Det er stas å jobbe i Oppsal menighet. Vi opplever stadig gode «Gudfeldigheter». Det er fint å se babyer glede seg over musikk og rytme på babysang. Og det er godt å være kirke for mennesker i sorg og glede. Med fast givertjeneste er det lettere for oss å planlegge arbeidet.



NABOPOSTEN

Oppsal Menighetsblad

Naboposten for 40 år siden

Nr. 5 – 1980:

Jubileum i barnehagen

Menighetspleiens barnehave fyller 25 år i disse dager og jubileet ble feiret 31. mai med stor fest i Ungdomssenteret. Over 150 gjester klarte de å få presset inn. Tidligere på dagen var det ”åpent hus” for interesserte i barnehagens lokaler i Vetlandsveien. Det blir en anselig barneflokk som har fått gå i barnehaven gjennom alle disse årene.

Naboposten for 20 år siden

Nr. 4 – 2000:

Margrethe Karlsen over i pensjonistenes rekke

En av de mest trofaste medarbeiderne i Oppsal menighet takker for seg i disse dager. Margrethe Karlsen har vært ansatt siden desember 1978, først som klokke, og de 2 siste årene som menighetsforvalter og daglig leder for menighetsrådets arbeid. Karlsen har samarbeidet med en rekke menighetsråd og stabsmedarbeidere. At tidene forandrer seg, kan det følgende være et eksempel på: ” Da jeg skulle tiltre som klokke i menigheten, ble det arrangert underskriftskampanje for å forhindre at det skulle ansettes en kvinne i denne stillingen”, ler Margrethe Karlsen.



FOKUSFOTEN

Autoriserte Foterapeuter på
Skøyenåsen Senter, velkommen!

463 10 213

Fokusfoten.no

ØST-MARKSKAPELLET

Guds ord til Guds folk i Guds natur. Alle gudstjenestene begynner søndager kl 12. Kafé åpen 11-14, stengt under gudstjenesten. Mer info: www.ostmarks-kapellet.no



BARNAS AKTIVITETSTILBUD



Annenhver tirsdag 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. Oppsang er for deg som er 1-5 år og liker å synge. Hobbyaktivitet, malekurs, quiz er for deg som er 6 år og oppover. Velkommen til store og små.

Kr 40/pers og maks kr 120/familie

Oppstart: Tirsdag 08. september.



Vi møtes annenhver tirsdag

kl. 15.00-16.30

Du som er glad i å synge og er 10-15 år er velkommen. Ta kontakt med dirigent Sølvi Ådna Holmstrøm på email: sh829@kirken.no eller mobil: 92436770.



Påmelding til dåp: Ta kontakt med Kirketorget, Akersbakken 32, 0172 Oslo

Telefon: 23629009

E-post: kirketorget.oslo@kirken.no

Det er også mulig å melde seg på minkirkeside.no/oslo.



Hver torsdag kl. 12.00-14.00

Babysang er et sosialt familietilbud for hjemmenværende mødre, fedre og besteforeldre med små barn (0-1 år).

Tilbudet er åpent og uten påmelding.

Du kan følge med på www.facebook.no/babysangoppsal.

Kr 50/gang med servering.

Oppstart: Torsdag 03. september.



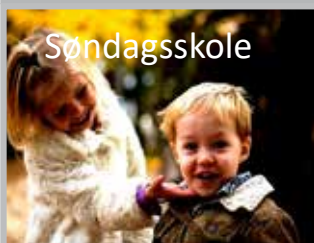
Familiegudstjenester er gudstjenester for alle, men spesielt tilrettelagt for barn. Vi har planlagt gudstjenester hvor alle 2-, 4-, 6-, 8-, 11- og 12-åring er spesielt invitert.

Familiegudstjenester

20. september: Utdeling av 2-års bilde og 4-års bok i Oppsal kirke.

25. oktober: Utdeling av 2-års bilde og 4-års bok i Søndre Skøyen kapell.

15. november: Lysvåken gudstjeneste i Oppsal kirke.



Velkommen til søndagsskolen i Oppsal kirke. Følg med på gudstjenestepleanen i Naboposten eller sjekk gudstjenesteprogram på www.oppsalmenighet.no.

Oppstart: søndag 30. august

Noen datoer:

30. august, 06. september

(søndagsskoletur),

13. september, 11. oktober,

01. november, 08. november,

22. november.



Du som er mellom 9 og 12 år gammel inviteres til overnatting i Oppsal kirke **14-15. november**.

Lørdag starter vi kl. 15.00. Blant annet tilbyr vi sang, drama, trommekurs, forming ...

På søndag deltar vi i gudstjenesten med «Lysvåken sangen».

Hold av helgen og meld deg på!

Påmelding email: vd822@kirken.no eller

SMS: 97562277.



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



Søndre Skøyen kapell

Søndag 30. august
13. s. i treenighetstiden
Salme 92,2–6.13–16
1 Kor 12,4–11
Matt 25,14–30

Diakonien søndag m/dåp, konfirmasjon og nattverd
Kåre Skråmestø og Edel Solberg
Oppstart søndagsskole
Ofr.: Eget arb

Gudstjeneste m/nattverd
Kjell Markset
Ofr.: Eget arb

Lørdag 5. september
Jes 27,2–6
1 Kor 1,1–3
Matt 20,1–16

Kl. 11.00, 12.30, 14.00 og 15.30
Konfirmasjon (*)
Ingvild Amalie, Simeon, Sølvi og Kåre
Ofr.: Ungdomsarbeidet



Søndag 6. september
Vingårdssøndag / 14. s. i treenighetstiden
Jes 27,2–6
1 Kor 1,1–3
Matt 20,1–16

Kl. 11 Konfirmasjon (*)
Ingvild Amalie, Simeon, Sølvi og Kåre
Kl. 13 Konfirmasjon (*)
Kåre, Ingvild Amalie, Simeon, Sølvi og Lars Fredrik.
Søndagsskoletur
Ofr.: Ungdomsarbeidet

Felles konfirmasjonsgudstjenester i Oppsal Kirke



Søndag 13. september
15. s. i treenighetstiden
Mika 6,6–8
Fil 1,9–11
Matt 5,38–48

Gudstjeneste m/nattverd
Nina Niestroj
Søndagsskole
Ofr.: Østmarkkapellet

Gudstjeneste m/nattverd
Eivind Osnes
Ofr.: Eget arbeid

Søndag 20. september
16. s. i treenighetstiden
Salme 40,2–6
Rom 8,19–23
Mark 7,31–37

Barnas gudstjeneste. Utdeling av bok til 2 og 4-åringar.
Nina Niestroj
Ofr.: Eget arbeid

Gudstjeneste m/nattverd
Kåre Skråmestø
Ofr.: Østmarkkapellet

Søndag 27. september
17. s. i treenighetstiden
Job 19,21–27
2 Tim 1,7–12
Joh 11,17–29 og/eller 30–46

Kl 18 Kveldsgudstjeneste m/nattverd
Kåre Skråmestø
Ofr.: Eget arbeid



















Gudstjeneste m/nattverd
Eigil Morvik
Ofr.: Eget arbeid

Søndag 4. oktober
18. s. i treenighetstiden
Jes 53,1–5
Hebr 2,10–18
Matt 8,14–17

Gudstjeneste m/nattverd
Kåre Skråmestø
Ofr.: Eget arbeid

Gudstjeneste m/nattverd
Eivind Osnes
Ofr.: Eget arbeid

stjenestelistene, og på side 9 oversikt over det som skjer for barna.

<p>Søndag 11. oktober 19. s. i treenighetstiden Salme 36,6–11 Gal 5,16–26 Matt 5,20–26</p>	<p>Misjonsgudstjeneste Nattverd Nina Niestroj Søndagsskole Ofr.: NLM - misjonsprosjektet</p>  	<p>Gudstjeneste m/nattverd Espen Hasle Ofr.: Norges KFUK-KFUM</p> 
<p>Søndag 18. oktober 20. s. i treenighetstiden 1 Sam 18, 14 Hebr 13,1–3 Joh 11,1–5</p>	<p>Felles gudstjeneste i Søndre Skøyen kapell</p> 	<p>Jubileumsgudstjeneste Kapellet er 40 år Nattverd Andreas Aarflot, Kåre Skråmestø Ofr.: Eget arbeid</p> 
<p>Søndag 25. oktober Bots- og bønnedag Jer 18,1–10 Rom 2,1–11 Luk 13,22–30</p>	<p>Kl 18 Kveldsgudstjeneste m/nattverd Kåre Skråmestø Ofr.: Eget arbeid</p> 	<p>Barnas gudstjeneste 2 og 4 åringer Nina Niestroj Ofr.: Eget arbeid</p>
<p>Søndag 1. november Allehelgensdag Jes 49,8–10 Åp 7,9–17 Matt 5,1–12</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd Nina Niestroj Søndagsskole Ofr.: Eget arbeid Menigh. årsmøte etter gudstj. Kl 18 Minnegudstjeneste Kl 19 Minnekonsert Sølvi Ådna Holmstrøm og Lars Fredrik Nystad</p>  	<p>Gudstjeneste m/nattverd Kåre Skråmestø Ofr.: Eget arbeid</p>  
<p>Søndag 8. november 23. s. i treenighetstiden Jes 1,16–19 2 Tess 1,10b–12 Mark 10,28–31</p>	<p>Søndag for de forfulgte m/nattverd Nina Niestroj Søndagsskole Ofr.: Eget arbeid</p>  	<p>Gudstjeneste m/nattverd Eivind Osnes Ofr.: Misjonsprosjektet (NLM) / Kl 19 Kulturaften - mer info kommer</p> 
<p>Søndag 15. november 24. s. i treenighetstiden Salme 126,1–6 Fil 1,2–6 Joh 6,63–69</p>	<p>Barnas gudstjeneste (*) Lys våken 11. åringene Gudstjeneste m/nattverd Edel Solberg Ofr.: Eget arbeid</p> 	<p>Søndag for de forfulgte Gudstjeneste m/nattverd Kåre Skråmestø Ofr.: Oase</p> 
<p>Søndag 22. november Domssøndag / Kristi kongedag Jes 57,14–16 Åp 20,11–13 Matt 25,31–46</p>	<p>Fellesgudstjeneste med Oromo m/nattverd Kåre Skråmestø og Vakoté Dieudonné Søndagsskole Ofr.: Eget arbeid</p>  	<p>Gudstjeneste m/nattverd Nina Niestroj Ofr.: Eget arbeid</p> 
<p>Søndag 29. november 1. s. i adventstiden Jes 61,1–3 Åp 5,1–5 Luk 4,16–22a</p>	<p>Kl 18 Kveldsgudstjeneste m/nattverd Kåre Skråmestø Ofr.: «ACTA» - Normisjons barne- og ungdomsarbeid</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd Nina Niestroj Ofr.: Eget arbeid</p>

Mange motbakker?

Kirken vil gjerne støtte deg når livet er vanskelig. Vi tilbyr samtaler, sorggrupper og grupper for deg som gjennomgår samlivsbrudd. Ta gjerne kontakt! Enten på telefon 408 14 241, eller på epost: post.oppサル.oslo@kirken.no.

REMA 1000

REMA 1000 Oppsal,
Vetlandsveien 68



Trenger du følge til lege, eller hjelp til et enkelt praktisk oppdrag hjemme?

Vi har frivillige som kan følge til lege, eller hjelpe med enkle praktiske oppdrag. Vi har også besøksvenner.

Ønsker du å delta i en aktivitet, eller bidra i en aktivitet?

Vi legger til rette for aktiviteter hvor vi både inviterer åpent til å delta, og hvor vi trenger frivillige til å bidra. Du kan være med på senior datakafé, språkkafé (norsk-læring), filosofisk verksted, nabolagskafé, sykurs/hjelp, matlagingskurs og yoga.

Oppsal Frivilligsentral holder til i Oppsal Samfunnshus, 3. etg.

Åpent hverdager kl. 10.00 - 15.00. **Ta kontakt på**

22 75 84 84 eller
frivilligopp@live.no om du ønsker mer informasjon!
Tilknyttet Grasrotandelen!

Tid for to:

Sørvis på parforholdet?

Gratis (ut 2020) digitalt parkurs: Tid for to. Les mer www.tidforto.org.



Sorgen det ikke sendes blomster til

Strever du etter samlivsbrudd? I regi av Den norske kirke tilbyr vi samtalegrupper høsten 2020.

Du er velkommen til en samtalegruppe uavhengig av bosted, livssyn og samlivsform. Deltakeravgift: Kr. 500,-

For spørsmål og påmelding kontakt gjerne diakon Ingun Yri Øystese, epost io348@kirken.no
www.samlivsbrudd.org.

Takk til «OBOS gir tilbake!»

Taket på menighetshuset vårt (Opus) har over lengre tid hatt et sterkt behov for å rehabiliteres. Dette er nå gjort med nytt tekke og bedre isolering. Slikt koster mye penger og vi har vært så heldige å få betydelig økonomisk støtte fra «OBOS gir tilbake». Det er til stor oppmuntring for oss å oppleve at en slik aktør i nærmiljøet vårt verdsetter virksomheten som drives i dette huset, ikke minst for barn og unge. Tusen takk til OBOS!

Vil du også være med å hjelpe oss økonomisk i denne sammenheng? Det kan du gjøre ved å Vippe til nummer 92020 (Gave til menigheten) eller ved benytte vår bankkonto 1506.24.57926. Merk gjerne betaling med «Tak på Opus». Tusen takk på forhånd!

Hilsen Asbjørn Kjekshus, daglig leder i Oppsal menighet



Nye dansekurs

Dansestudio Østensjøveien 18

Barnedans
Ballett
Disco
Hip hop
Freestyle
Jazz/contemporary/show
Dansefitness/dansemix



Informasjon og påmelding:

www.dansehuset.com

Gleder oss til neste konfleir!

Etter fem dager på Solbukta leirsted har vi fått mange nye minner og lært nye ting. En typisk dag på konfleir inneholder blant annet morgensamling, der vi får høre lederne snakke om sitt liv med Jesus. Deretter kommer seminar hvor konfirmantene har lært mer om tilgivelse og Guds nåde, og snakket om holdninger til rusmidler. På dagtid hadde vi ulike aktiviteter utendørs, både konkurranser, turneringer og bading.

Vi hadde også jente- og gutteseminar, der vi diskuterte hvordan man oppfører seg mot hverandre og snakket om det å ha respekt for seg selv og andres grenser. Prestevikar Simeon snakket for oss hver kveld. Vi hørte om viktigheten av å gi troen på Gud en sjanse, syndens konsekvenser, og at Jesus



døde og sto opp for oss. Vi fikk også høre om at Gud har en plan for hver og en av oss.

Hver kveld møttes konfirmantene og lederne i små grupper på rommene for å snakke sammen om hvor-

Vi er glade for at vi kunne ha konfirmantleir i år, og gleder oss allerede til neste gang!

Skrevet av juniorlederne: Helene Frimo, Henriette Lukerstuen, Elena Bråthen og Smilla Ones.



dan dagen hadde vært. Siste kvelden hadde vi talentkonkurranse med mange bra innslag. Som en avslutning på leiren, hadde vi en friluftsgudstjeneste med foreldrene da de kom for å hente konfirmantene.



SØNDRE SKØYEN KAPELL 40 år

Leif- Dan Birkemoe har skrevet om hvordan kapellet ble til.

Prosjekt kirkebygg

Prosjektet om kirkebygg på Søndre Skøyen ble lagt fram i 1970 etter at utbyggingen i området ga en befolkningstilvekst på rundt 2000 innbyggere i årene 1966- 1970. Oslo Småkirkeforening ble forespurt av Oppsal menighetsråd om å etablere et småkirkeprosjekt med formål å bygge en flyttbar, prefabrikkert kirke. På samme tid fikk Oppsal menighet løfte om tomt som gave av familien Skappel på Søndre Skøyen gård. Valg av kirketomt og kommunal regulering tok lengre tid enn beregnet,



Østensjø skoles musikkorps var med å feire åpningen av kapellet!

og Oslo småkirkeforening måtte trekke seg fra prosjektet, men bevilget 100 000 kroner til byggefondet.

Opprettelse av menighetskomite

Menighetskomiteen for

Søndre Skøyen, Godlia og Bryn ble opprettet, og i september 1971 ble den første gudstjenesten holdt på en tomt noe syd for der kapellet ble bygd. Midlertidige lokaler ble leid i barnehagen i Dalbakkveien 75 til gudstjenester og møter.

Samarbeidspartnere

I 1978 ble det innledet samarbeid med Indremisjonsselskapet (Normisjon) som bidro til byggefondet med 700 000 kroner etter salg av Bryn menighetshus, det tidligere Østre Aker menighetshus i Johan Evjes vei. Oslo kommune bevilget et tilskudd på 300 000 kroner, og menighetens lokalt innsamlede midler utgjorde 500 000 kroner. Det resterende beløpet ble finansiert med lån. Kapellet med inventar kostet noe over 3 millioner kroner. Kapellet ble organisert



Søndag 23. oktober 2005 var det jubileumsgudstjeneste i Søndre Skøyen kapell.

Fra venstre biskopen som vigslet kapellet, Andreas Aarflot, prost Tore Kopperud, kapellan Axel Bugge, sokneprest Kåre Skråmestø, leder av menighetskomiteen Kari Selvåg og leder av jubileumskomiteen, Mari Spydevold.

som et sameie mellom Oppsal menighet og Nor-misjon.

Reising av bygget

En byggekomite ble ned-satt med Per Terjesen som leder. Kapellets arkitekt var Elisabeth Fidjestøl, byggmester var Torstein Haugen. Glassmaleri og krusifiks ble laget av In-gjerd Pettersen- Hagh, og kirkeklokken ble levert av Olsen Nauen.

Grunnsteinen ble lagt ned søndag 3. februar 1980. Kapellet sto ferdig åtte måneder senere og ble vigslet søndag 19. oktober av biskop Andreas Aarflot.

Kirkebygget

Kirkerommet har plass til ca. 250 personer. Hovedetasjen har i tillegg kontor, kjøkken, garderobe og toaletter. Underetasjen har i dag lokaler for barnehage med kjøkken, garderobe og toaletter.

På jubileumsguds-tjenesten søndag den 18 oktober vil Andreas Aarflot (92)være sammen med oss igjen.



Hurra for Klubben Kunst og Kultur!

Kjenner du til at det finnes en forening i vårt nær-miljø for mennesker som har interesse for kunst og kultur? Klubben ble startet i 1944 av Norges første riksantikvar, Harry Fett.

Harry Fett drev Høyenhall fabrikker. Han hadde god kontakt med norske kunstnere, og fylte hjemmet Christinedal på Bryn med kunst. Han var opptatt av å få kunst ut til vanlige folk. Han startet prosjektet «Kunst på arbeidsplassen», som fortsatt eksisterer. I 1944 startet han en klubb som fortsatt finnes: Klubben Kunst og Kultur! Møtene ble først holdt på fabrikken, senere på Nordre Skøyen hovedgård.

Medlemmene sier at klubben er en hyggelig sosial møteplass med god mat, interessante foredrag og andre opplevelser. De møtes i trivelige omgivelser på hovedgården og legger vekt på lokale kunstnere. De ønsker å følge Harry Fetts mål om å øke forståelsen for og interessen for kunst. Klubbmedlemmene går på omvisning og ulike utstillinger på museer. De har medlemmer som er Osloguiden, som har invitert på vandretur bl.a. langs Barcode nede i sentrum. De drar på turer, og har vært på Blaafarveværket, på Peer Gyntspelet og mye mer.

Klubben har fire møter i året. Julemøte er planlagt 26. november. Jo Vestly skal snakke om sin mor Anne-Cath. Vestly. På grunn av bevertning, er det påmelding til Lise Marry Johansen, tlf. 909 14 614. Mer info også hos Lise M. Johansen.



Lise Marry Johansen, Marit Hallgren og Sidsel Kjærstad fra styret i Klubben for Kunst og kultur ønsker nye medlemmer velkommen! Ta kontakt hvis du er interessert!

Noe av meningen er at vi skal bidra!

Du har kanskje møtt ham på Sandbakken sportsstue? Eller lest bøkene hans med lokale tema? Naboposten slo av en prat med Even Saugstad.

-Jeg er Oppsalgutt! Mye starta i speider'n, hvor vi fikk sans for friluftsliv og godt kameratskap. Jeg var speiderleder i mange år, og syntes jeg fikk like mye sjøl som jeg bidro med. Jeg var også innom kirkens ungdomsklubb på Opus i tenårene. Der spilte

vi kurong og hadde det trivelig. Husker at vi dro på tur til Sverige med Opus-bussen, som var ganske gammel og «røten». I den tida var sukker billig i Sverige, så vi hadde oppdrag fra foreldra våre om å kjøpe det.

-Jeg og min samboer Irene drev Sandbakken sportsstue i 11 år. Det var ingen ni til firejobb. Vi hadde høner, sauer, katt og hund. Vi satte boller klokka seks om morgenen for å tilby gjestene. Vi hadde mange stamgjester og de ble nesten våre private venner. Det var en hygge-

lig jobb, for folk var stort sett blide og fornøyde. Vi ønska at Sandbakken skulle være et kulturelt treffsted i Østmarka. Vi arrangerte temakvelder med bl. a. Sverre M. Fjeldstad og Stein P. Aasheim. På en av fullmånekveldene våre



viste Hans Jacob Finstad, tidligere prest i Oppsal, bilder på stort lerret.

Jeg er utdanna typograf, og jobba som det i mange år. Har også drevet i journalistfaget, var blant annet redaktør for medlemsbladene «Speideren» og «På sykkel»

Mens vi drev Sandbakken, ga jeg ut boka «Østmarka fra A til Å» på eget forlag. Etter hvert har det blitt 8-10 bøker, som handler om lokalhistorie og friluftsliv. Det har vært en bratt og morsom læringskurve. Jeg har nytte av typografbak-

grunnen min. I 2015 ga vi oss på Sandbakken, og flytta til Ulsrud. Nå lever jeg av å skrive bøker og holde foredrag. Rett før jul kom boka «Byoriginaler og personligheter i Oslo.»

Jeg ble konfirmert i Oppsal kirke, men kan ikke påstå at jeg etter det har vært noen ivrig kirkegjenger – har vel blitt mer og mer og mer skeptisk til religion og har fått mer sansen for det humanetiske. For meg gir

livet mening når jeg kan glede andre og se at andre setter pris på det jeg bidrar med – enten det er som speiderleder, som vertskap på Sandbakken eller som aktiv i frivillige organisasjoner. Nå er jeg med i Sarabråtens venner, en entusiastisk og energisk gjeng som jeg tror og håper gjør en innsats for mange turgjengere i Østmarka. Jeg tror det er viktig å være et godt medmenneske for andre OG seg sjøl! Ta vare på seg sjøl, og folk rundt seg.

Foto: Irene Asphaug

Avslutt dagen på en god måte:

I en hverdag med mange oppgaver og uro finner mange glede i å ta et

tilbakeblikk på dagen.

Kanskje du vil praktisere denne måten som beskrives her?

1. *Blí stille*

Bruk litt tid på å roe kropp og sinn.

Be Ånden om lys og hjelp til å se.

2. *Takke*

La døgnet som har vært spille seg ut for ditt indre.

Se etter innslag/ innsikter å

takke for, gleder, oppmuntringer, ingen ting er for små.

Takk så Gud for dem.

3. *Stemninger/ følelser*

a) Hvilke andre «indre bevegelser» pågikk: Følelser, bevegelser i stemmeleiet:

Frustrasjon, ro, angst, glede...

Registrer følelsen uten å (be-)dømme den moralsk

b) Velg en av stemningene/ følelsene, den mest påfallende. Dvel ved den.

Mulige måter å utforske den på: Hva forteller kraften i følelsen om dypere lag i livet?

– Savn? Tillit? Frykt? Begjær? Glede?

c) Handlet du på den aktuelle følelsen? Hvordan er «ettersmaken» på handlingen?

Kom du nærmere Gud? Eller dro den deg vekk fra Ham? Del alt med Gud, uten å sensurere. Be - eventuelt - om tilgivelse.

4. *Se fram mot morgendagen/ de nærmeste dagene*

Hvilke følelser dukker opp når du tenker på avtaler, oppgaver og gjøremål?

Hva som enn dukker opp: Del det med Gud, og be Ham evt. om hjelp, helbredelse, øyne å se med.

5. *Avslutning- overgivelse*

Be «Vår far i himmelen», gjør korsets tegn, eller annen overgivelse til Gud (før natten).



DØPTE

Henning Husø Hovland
Øivind Hovland
Herman Bredeesen Dahl
Matheo Holm Thoresen
Hans Henrik Heggelund
Tiril Schjoll Bekkelund
William Pettersen
Anton Alte Eggen
Andreas Thu Austnaberg
Ellinor Sandberg Gundersen
Mabel Konadu Arthur
Ida Mathea Gomsrud Nyfelt
Emmie Bjørdal
Eira Nordby Sætre

VIGDE

Renate Iren Heggelund og
Tom Vidar Johannessen
Anne Sofie Mengaaen og
Einar Åsgard
Anette Krogstad og
Andre Choudhry Breivik

Auster
Salon & Academy
Oppsal senter

Telefon
22 26 77 78

Veterinær
Heidi Nøstvig

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

Hellerudsvingen 5, 0684 OSLO

Tlf: 950 71 012

DØDE

Jon Reidar Ulen
Heidi Kristin Skymoen
Jan-Bendix Lien
Trond Kåre Gunnestad
Gerd Flory Johannessen
Espen Jørgen Hellerud
Oddvar Sønsterudbråten
Ingeborg Remme
Eva Solveig Eriksen
Anne Helene Andersen
Marthe Hansen
Inger Beate Jarl
Ruth Østensen
Jenny Johanne Haugen
Helga Løken
Bjørn Ferdinand Larsen
Tom Løvendahl
Torggrim Braaten
Håkon Reierstad
Randi Synnøve Karlsson
Arne Svidal
Solveig Agnes Kornberg
Dagmar Kristine Fallang
Åsmund Søgård
Tommy Johnsrud
Gerd Støer
Bergljot Amundsen Fristad
Ingolf Fure
Alfred Pedersen
Odd Bjørnstad
Borgny Gaarder
Ulf Haltbak
Anne Marie Pedersen
Randi Synøve Devik
Jan Willy Olsen
Sibyl Binne Lilleba Askildt Bodal
Odd Barstad
Ester Jørve Johansen
Leif Johan Riegels
Wencke Johannessen
Edel Reiby
Berit Hermansen
Gerd Thilesen
Ragnhild Cally Tarud



OFRINGER I OPPSAL KIRKE

01.01	50	Menighetsarbeid
05.01	4 200	Menighetsarbeid
12.01	5 754	Menighetsarbeid
19.01	10 904	Menighetens misjonsprosjekt
26.01	7 595	Menighetens ungdomsarbeid
02.02	5 344	Menighetsarbeid
09.02	5 169	Søndagsskolen Norge
16.02	6 568	Menighetsarbeid
23.02	6 046	Menighetsarbeid
01.03	6 466	Kristent Interkul- turelt Arb. (KIA)
08.03	4 028	Menighetsarbeid
22.03	700	Sjømannskirken
30.03	500	Menighetsarbeid
05.04	400	Menighetsarbeid
06.04	500	Menighetsarbeid
09.04	1 200	Menighetsarbeid
10.04	200	Menighetsarbeid
12.04	9 100	Menighetsarbeid
19.04	2 150	Normisjonens/ Eget arbeid
26.04	2 950	Menighetsarbeid
03.05	4 300	Menighetsarbeid
10.05	1 800	Kirken bymisjon/ Eget arbeid
21.05	2 450	Menighetsarbeid
24.05	4 450	Åpne dører/Eget arbeid
31.05	1 600	Menighetsarbeid
07.06	2 760	Menighetsarbeid
14.06	1 400	KFUK-KFUM/Eget arbeid
21.06	3 100	Fremtiden i våre hender/Eget arbeid
28.06	2 840	Menighetsarbeid

OFRINGER I SØNDRE SKØYEN KAPELL

12.01	3 606	Menighetsarbeid
26.01	2 760	Menighetsarbeid
02.02	2 285	Alpha Norge
09.02	2 980	Menighetsarbeid
09.02	3 200	Kulturaften
16.02	2 600	Menighetsarbeid
23.02	2 020	Menighetsarbeid
01.03	2 290	Menighetsarbeid
08.03	2 350	Fransiskushjelpen
09.04	4 450	Menighetsarbeid

«Hamsun-eika» på Bryn og bonderomanen Markens grøde



I det nordvestre hjørne av eiendommen Christinedal og den brede trappen til boligene i Østensjøveien 81, står det et stort eiketree foran gjerdet mot den gamle eplehagen som bærer kallenavnet «Hamsun-eika». Besøkende på vei til Bryn Senter kan ikke unngå å se treet, men kun et fåtall er trolig klar over trets historie. Veien forbi treet er oppkalt etter Christinedals eier Harry Fett (1875-1962) som var en ruvende skikkelse i norsk offentlighet. Han var Norges første riksantikvar, bedriftsleder for Høyenhall Fabrikker og kunsthistoriker.

Knut Hamsuns roman Markens grøde kom ut i 1917 og gjorde sterkt inntrykk på Harry Fett. Tiden etter første verdenskrig var preget av «jobbetidskapitalistene» som jaktet på gull, mens hovedpersonen i Markens grøde, nybyggeren Isak Sellanrå, «bygget sin tilværelse på reelle verdier». Knut Hamsun (1859-1952) var enig i at romanen hadde et politisk siktemål. «Det var litt mer enn litteratur jeg ville frembringe i den», skrev han til Harry Fett i 1918. Da hadde Harry Fett allerede skrevet brev til Svenska

Akademien og foreslått Hamsun som kandidat til Nobelprisen i litteratur for boken Markens grøde. Da Nobelprisen det året gikk til en annen, opprettholdt Harry Fett Hamsuns kandidatur året etter. I 1920 fikk Knut Hamsun litteraturprisen for den store bonderomanen.

Hvordan kan vi være sikker på at det er nettopp dette treet som er «Hamsun-eika»? Jeg stilte det spørsmålet til Harry Fetts datter, Inga Marie, da vi en sommerdag i 2007 ruslet rundt i hageanlegget, mens hun fortalte om stedet slik det var i hennes barndom. -Jeg var jo bare ett år den gangen (1919) forteller hun, men far fortalte meg at de hadde plantet dette treet

på Hamsuns 60-årsdag. Hun pekte på treet og sa at det er det eneste eiketreet på eiendommen.

«I skråningen står et stort eiketree som ble plantet på Knut Hamsuns 60-års dag», kan vi også lese i 100 årsskriftet til Eduard Fett & Co, Høyenhall Fabrikker i 1971. Harry Fetts begeistring for Knut Hamsun, og da spesielt Markens grøde, var udiskutabel, noe han ønsket å markere og minnes med planting av eiketreet.

Da eiendommen Christinedal ble fredet etter kulturminneloven i 2013 var «Hamsun-eika» inkludert i fredningsområdet. Treet passerte 4. august 2019 100 år etter plantingen.



«Hamsun-eika» dominerer i skråningen ned mot Bryn Senter, til venstre i bildet. Til høyre lå bygningene til Høyenhall Fabrikker, der boligene til Østensjøveien 81 nå ligger. Da treet ble plantet 4. august 1919 gikk veien fra fabrikken opp til villaen Christinedal forbi treet. For flere bilder fra Christinedal, se Østensjø lokalhistoriske bilder: <http://bildebaser.deichman.no/>.

Konfirmasjon 2020



Oppsal kirke lørdag 05.09.2020 11:00

Andreassen, Axel Huitfeldt
Bergwall, Lea Harnes
Bjerkmann, Fina Storøy
Dybvand, Hannah
Eide, Torje Jensander
Høiberg, Noah Vidnes
Jensen, Arina
Madsen, Emilie Skeie
Ojulu, Peter Ojaga Odiel
Rimstad, Martin Kvendseth

Oppsal kirke lørdag 05.09.2020 12:30

Barland, Mathea Perlesten-
bakken
Furu, Trygve Gjertsen
Gulbrandsen, Sara Kvasnes
Gulbrandsen, Ida
Knutsen, Trond-Anders Kyoo
Kolstad, Stella Julie
Lavoll-Nylenna, Leander
Nybu Sætre, Elias
Rumiatti-Maniezzi, Sandra
Hegstad
Serenander, Sofia Kristin
Titlestad, Live Hodne

Oppsal kirke lørdag 05.09.2020 14:00

Dysthe, Elvira Skomedal
Frogndahl, Ida
Hongslo, Julian Thoresen
Johansen-Barli, Ingrid
Lundstein, Ellen Thorine
Marléne
Rasch, Karoline Bjurgren
Storvik, Embla Lund
Sørjoten, Pauline Aldal
Tollefsen, Mats
Wulff, Phillip Kristoffersen
Øverjordet, Emma Hovet

Oppsal kirke lørdag 05.09.2020 15:30

Aamodt, Marius Edvart
Forodden, Niklas
Holm, Martine
Holnes Aarseth, Herman
Langerud, Fredrik
Larsen, Trym Lien
Lindheim, Herman
Nielsen, Marcus Frisk
Vigtel, Olivia Nikolaisen

Oppsal kirke søndag 06.09.2020 11:00

Andersen Bakkeli, Joachim
Andreas
Arthur, Mabel Konadu
Buen, Synne Andersen
Johansen, Aurora Ulven
Joryd, Miriam Eide
Kristiansen, Joachim Nyborg
Maalø, Sanna Paulsen
Nilsen, Emily De Mattos
Nyfelt, Ida Mathea Gomsrud
Pettersen, Ayla Isabelle
Chbib
Skotte-Haugerud, Eirik
Skrindo, Amilde Brekke

Oppsal kirke søndag 06.09.2020 13:00

Birkemoe, Olav
Burås Sørlie, Martin
Hagen, Kristine
Hustvedt, Ane
Lie-Wangberg, Andreas
Longva, Karoline
Malmanger, Embla Heierstad
Mosland, Ingeborg Roll
Sæther, Tobias
Tronrud, Lilly Olianna



Ingvild Amalie Stavran og Simeon Ottosen har ledet konfirmantopplegget i år. De er glade for at konfirmasjonene kan gjennomføres også i år.