

# RISBLADET

påskenummeret



Kapellet råteskadet:  
Må reddes!

Full fart på  
babysang

Frivillighetens år  
2022

## Med håp om en god vår!

### Leder

Andreas Seierstad  
amse@vikenfiber.no  
leder i menighetsrådet



Det er vanskelig å ikke være påvirket av verden rundt oss i disse tider. Det gir føring rett inn i hverdagen vår. Det glede- lige er at i skrivende stund 19 februar, så ser gjenåpningen av samfunnet å gå sin gang mot normalitet. Det er nå håp om at dette var siste runde med nedstenging, hjemmekontor, avlysninger og improvisert planlegging mm. I Ris menighet har vi fått merke dette kraftig f.eks. måtte mer eller mindre hele juleprogrammet avlyses eller nedskaleres på kort varsel. Menigheten er også barnehagedriver med Rishaven. Også der har de fått kraftig merke konsekvensen av høyt sykefravær og «vikar-tørke». Stor takk til våre og andre barnehageansatte som har gjort sitt ytterste for å gi et tilbud om åpen barnehage i en krevende underbe- manningssituasjon over tid. Ikke for øyner vi slutten på pandemi-krisen her, så blir vi presentert for at Europa muligens er på randen av stor -krig i Ukraina. Situasjonen er farlig og kan eskalere og ser låst ut. Tan- ken på en blodig krig mellom to brødre- folk synes helt absurd i vår tid og er ubeha- gelig nær oss. Vi får folde våre hender og sende en bønn for fred og sam-eksistens.

Her hjemme i Ris menighet må vi nå re- starte menighetsarbeidet på nytt igjen. Vi gleder oss til å kunne feire påske både i kirken og kapellet etter fjorårets nedskalere- te «åpen-kirke» feiring. I begynnelsen av juni markerer vi at Ris- kirke er 90 år og en jubileumsfeiring planlegges. Vi trenger å ha noe å se frem til nå, og det vil være et viktig fellesskapstiltak i menigheten.

I høst ble det gjort grep for å komme til bunns i vann-lekkasje problematikken i Holmenkollen kapell. Det ble avdekket at kapellet var råteskadet på flere utsatte punkter. Kapellet ligger vær-utsatt til og i et «villere,våtere,varmere» klima har bygningskonstruksjonen ikke vært godt nok rustet til å stå i mot. Råteskadene har

heldigvis ikke gått inn i konstruksjonen, men det er likevel omfattende arbeider som må til for å redde kapellet. Råte i treverk må fjernes og bygget må sikres med et «klimaskall» der vannet ledes vekk i ek- stremsituasjoner. Hele styret i Holmenkol- len Kapells Venner har med stort engasje- ment gått inn for å reise finansieringen til å redde kapellet. Bygningseier Kirkelig fellesråd i Oslo med ansvar for byens ca 60 kirker, finansiert av Oslo Kommune, er økonomisk på felgen etter de skyhøye strømprisene i høst /vinter. Fellesrådet bistår med 1,0 mill kr, mens Holmenkollen Kapell Venner har satt som mål å samle inn resten – 7,8 mill kr iflg kostnadsanslag fra konsulentfirmaet OPAK. Risbladet og menighetsrådet stiller seg fullt og helt bak denne innsamlingsaksjonen som allerede er godt i gang med over 3 mill kr innsamlet. Det er viktig å redde Holmenkollen Kapell før råten griper om seg! Svært mange i Ris menighet har et nært forhold til kapellet og nå utfordrer vi deg til å være med som en av mange bidragsytere! Se egen sak i bladet på side 4-5.

Året 2022 er utropt til «Frivillighetens år». Samfunnet og kirkene er helt avhengig av frivillighet for å drive menighetsarbeid. Dette er givende og inkluderer mange som kan påta seg store eller mindre frivilligopp- drag. Ta gjerne kontakt med menighetskon- toret om du er interessert i et engasjement. I skrivende stund har Ris menighet 30 ung- dommer på ledertreningstur på Lia Gård. Dette er god skolering og rekrutterer til et flott ungdomsarbeid ! Dette gir håp etter en tid med inngripende tiltak og usikkerhet.

Ris menighet ser denne våren frem til å åpne igjen i en mest mulig normal hverdag. Nå trenger vi inspirasjon under en romslig himmel!

**Giro i midten av dette bladet går til frivillig abonnement!**

## Påskens dager

I påsken markerer og feirer vi Jesu død og oppstandelse. Vår Gud som ble et menneske, og ga sitt liv for at alle mennesker skal ha evig liv. Påsken er en dramatisk fortelling. Her er en liten tidslinje som gir et overblikk i hva som skjedde de ulike dagene.

### Palme søndag — 1

Denne dagen feirer vi Jesu inntog i Jerusalem. Forventningene til Jesus var at han skulle seire over romernes undertrykkelse med krig og makt. Men Jesus valgte å ri inn på et lite øsel, uten rustningen på. Han gjorde seg klar for oppdraget som lå i vente, uten bruk av vold og makt.



### 2

### Skjærtorsdag

Å vaske noens føtter var slavearbeid, men på skjærtorsdag gjør Jesus dette for sine disipler. Han markerer at vi alle er like for Gud. Da han hadde vasket deres føtter, feiret Jesus det siste måltidet med disiplene sine. Jesus brøt brødet og delte ut vinen, og ved dette innstiftet nattverden for første gang. Nattverdsmåltidet markerer fellesskap og tilgivelse.



### Langfredag — 3

Jesus ble tatt til fange, dømt, pisket og korsfestet. Langfredag er dagen Jesus led og døde. Vi møter Jesu sårbarhet ved at han roper ut "Eli, Eli, lemá sabaktáni?" som betyr "Min Gud, min Gud, hvorfor har du forlatt meg?" Jesus tok på seg menneskehetens byrder på sine skuldre, og utåndet.



### 4

### Påskeaften

Fortvilelse og sorg har rammet Jesu venner. Disiplene har flyktet vekk i redsel. Josef fra Arimatea svøper Jesu kropp i et linklede og legger han i en grav.

### Påskedag — 5

Han er oppstanden! Kvinnene kommer til graven med velluktende oljer for å pleie Jesu kropp. Når de kommer frem er graven tom. "Hvorfor leter dere etter den levende blant de døde?"

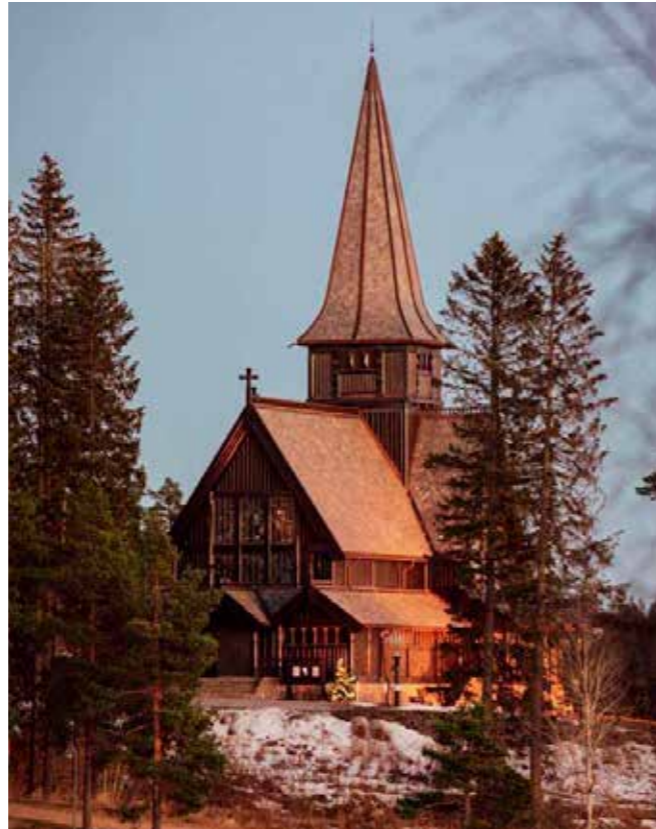


1. Hva er en mandorla?
2. Hva symboliserer peli- kanen i kristen sammen- heng?
3. Hva het Ris kirkes første sogneprest?
4. Hva het biskopen som i 1932 innviet Ris kirke?
5. Vi regner med at påsken innledes med palmesøn- dag. Hvorfor kalles den det?
6. Når feires påsken?
7. Hvordan lyder det 6. bud?
8. Hvem bygget i sin tid villaen som i dag huser Eckbos selskapslokaler?
9. Hvilket navn hadde denne villaen inntil 1934?
10. Hvor går Thorleif Haugs vei?
11. Hvem var Thorleif Haug?
12. Hvor ligger Kvernstien?
13. Hvem var Sigri Welha- ven?
14. Hva er opprinnelsen til navnet Wyller-løypa?
15. Hvor mange ganger vant Vegard Ulvang 50 km i Kollen?

Råteskadet Holmenkollen kapell:

## - Kapellet må reddes!

Sommeren 2020 ble det foretatt utbedringsarbeider i Holmenkollen kapell – vann hadde trengt inn i kapellet når det var uvær og store nedbørsmengder. Utover høsten i 2021 kom nye meldinger om gjentatte vannlekkasjer til kirkebyggeieren: Kirkelig fellesråd i Oslo (KfiO). Der hadde det vært generasjonsskifte i bygningsledelsen og nå gikk alarmen. Her hadde det vært vannlekkasjer over år og flere mindre arbeider hadde vært utført for å avbøte situasjonen. Nå måtte det gås grundig til verks! Så i oktober/november var det befaringer med fagfolk og kapellets arkitekt og bygmester fra 1996.



Holmenkollen kapell

➡ *Andreas Seierstad*  
📷 *privat*

### Hva var galt med kapellet?

Risbladet spør prosjektleder i KfiO -Terje Grindheim som forteller engasjert. Det første vi la merke til var inneklimate i kjelleren. Det var kjellerlukt og tydet på fukt. Dreneringen var gått tett. Vi leide inn en gravemaskin og drenerte vekk masse vann som sto oppover langs kjellermuren i grunnen. Det rant ut store vannmengder da vi åpnet. Nå har vi fikset det, lagt ny drenering, og vi merket med en gang at luften i kjelleren ble bedre.



Terje Grindheim

### Hva gjorde dere så videre?

Vi måtte opp på taket med stilas. Mange hadde trodd at lekkasjene kom derifra. Men taket er tett, i god stand og godt isolert forteller han. Vi fant ut at vannet kommer inn når det stormer og regner nesten horisontalt og treffer veggene. Derfra har det krøpet videre langs konstruksjoner og rent inn. Bl. a. var vinduene med dobbeltglass fylt med vann og de er ødelagt,

men ikke glassmaleriene. De er like fine. Flere steder har det utviklet seg råte i kledning og på enkelte svake punkter har vannet kommet inn og råten har utviklet seg. Tidligere års tetningsforsøk med silikon har virket mot sin hensikt og istedenfor gjort at fukten har blitt værende i treverket og utviklet råte. Sopp, råte og muggspesialistfirmaet Myco-team har laget en rapport som ble klar i januar. Der ble 29 punkter sjekket. Rapporten hadde det man kan kalle en god og en dårlig nyhet: Det er råte

en rekke steder i kledning og vinduer som må utbedres. Den gode nyheten er at råten ikke har trengt inn i den bærende konstruksjonen – da hadde dette virkelig blitt dyrt! At kapellet har vært tjærebeiset i senere år på initiativ fra Venneforeningen har vært med på gjøre treverket bedre rustet til å stå i mot råteskadene. Skadene hadde vært større om disse arbeidene ikke hadde vært gjort.

### Hva kan gjøres nå?

Vi har hele veien hatt med oss konsulentfirmaet OPAK. De kom nå i slutten av januar med en rapport som foreslo å bytte alle vinduene, utbedre alle råtepunktene i kledningen, rette opp setningsskader i glassbyggersteinen i kjelleren og legge beslag på en rekke steder i konstruksjonen, slik at vannet ledes vekk. Arbeidet med å rette opp glassbyggersteinen i kjelleren pågår nå i vinter.



Fra dreneringsarbeidene i høst



Eksempel på råteskade.

### Er dette en form for klimaskade?

Ja, det kan en i grunnen si. Det er ekstreme værforhold på pynten der kapellet ligger. Vinden tar godt tak og de gangene det regner kraftig så blir det en voldsom påkjenning. Kapellet må rustes til å stå imot disse kreftene med et «klimaskall». Når vi først er i gang med en stor jobb og må bytte vinduer så vil vi legge inn vinduer i riktig stil, men med ordentlig isolerglass. Det har vært stort varmetap i de gamle vinduene. Slik håper vi at det vil bli et bedre bygg energimessig også.

### Venneforeningen på banen

En annen aktør som har vært involvert hele veien er Holmenkollen Kapells Venner med styreleder Erik v. Hirsch i spissen sammen med sterkt engasjerte styremedlemmer. Han er full av lovord om samarbeidet med Terje Grindheim i KfiO. Det er avdekket en situasjon ingen var klar over omfanget og alvorlighetsgraden av. Nå er det satt inn de beste krefter for å redde kapellet. Den systematiske kartleggingen av skadene som er gjort er veldig viktig og kan redde kapellet før situasjonen kommer ut av kontroll. Likevel – OPAK har anslått rehabiliteringskostnadene til kr. 8 815 500. KfiO har kun et vedlikeholds-budsjett på kr. 11 mill. for alle Oslos ca. 60 kirker. Midlene er fra Oslo kommune som har det økonomiske ansvaret for drifts- og vedlikeholds-

bevilgninger til Oslo-kirkene. KfiO har derfor begrenset handlingsrom og har satt av kr. 1 mill. til kapellet i sitt budsjett for 2022.

### Hvordan har styret i venneforeningen reagert på den situasjonen som er avdekket i høst/vinter?

Erik svarer at dette har alarmert hele styret i Venneforeningen og alle er enige om at alt må gjøres for å redde kapellet. Styrets hovedoppgave i 2022 er derfor å fremskaffe de reste-



Erik v. Hirsch

rende midler til finansieringen. Vi startet før jul og har kontaktet Venneforeningens nettverk og søkt stiftelser og legater om støtte. Flere av disse har allerede gitt positiv respons på at dette vil de være med på å støtte. Mange har sterk tilknytning til kapellet – her har livets merkedager og begivenheter fulgt oss fra vugge til grav i over 100 år.

### Hvor langt har dere kommet i finansieringsarbeidet?

Vi ligger ganske bra an. Vi har nå ca. kr. 2 200 000 på Venneforeningens bankkonto. Videre har vi tilsagn om bidrag på kr. 1 000 000. Sammen med KfiO's bidrag på kr. 1 mill. er vi nå oppe i over kr. 4 mill. og er snart halvveis. Men det er langt igjen, så nå må vi mobilisere bredt og få dette til å bli en stor givverdugnad med bidragsytere fra mange hold. Jeg har stor tro på at vi skal greie dette og at kapellet vil være ferdig utbedret og rehabilitert i løpet av 2022. Flere ganger når jeg har møtt gamle kjente og fortalt om kapellets situasjon, så får jeg klar beskjed: Dette vil de være med på å støtte! Vipps gjerne en gave nå til 17678 Holmenkollen kapell. Merk gaven «Kapellet» eller send en gave til Venneforeningens konto 1503.23.79181. Erik oppfordrer også folk å melde seg inn i Holmenkollen Kapells Venner (forretningsfører er NRP Procurator AS med e-postadresse nrp@nrp.no). Vi vil informere løpende i nyhetsbrev om situasjonen – foruten at vi også ser frem til å lage et flott program for medlemmene (og giverne) i tiden fremover.

Risbladet ønsker alle gode krefter på banen for vårt kjære Holmenkollen kapell. I Erik v. Hirsch og Terje Grindheims engasjement ser vi et radarpar som fikser det bygningstekniske og fremskaffer den nødvendige finansiering til kapellet. Slikt samspill blir det resultater ut av!



Frivillige medarbeidere trengs i alle deler av kirkens virksomhet. (Foto: kirken.no)

2022 er Frivillighetens år

## - Med deg på laget kan vi utgjøre en forskjell for andre

- Det er rom for deg i kirken, og det er bruk for deg i kirken. Hva vil du bidra med?

⇒ Gunnar Westermoen

Utfordringen kommer fra lederen i Ris menighetsråd, Andreas Seierstad. Han gleder seg over at 2022 er utropt til Frivillighetens år i Norge.

- Dette er en god anledning til å sette kirkens arbeid tydeligere på kartet i lokalsamfunnet vårt, sier han.

Ris menighet har over 70 registrerte frivillige medarbeidere. I tillegg gjennomgår 54 frivillige ungdomsledere opplæring i år. Noen av disse skal delta som ledere i konfirmantundervisningen i Ris.

- Vi utfordrer flere til å delta som medarbeidere i kirkens mange aktiviteter. Kirken trenger alle slags folk for å være en levende og inkluderende kirke. Med deg på laget kan vi utgjøre en forskjell for andre! sier Seierstad.

Menighetene og de kristne organisasjonene er blant de beste på frivillighet. Den norske kirkes nasjonale årsstatistikk oppgir at det finnes over 37 000 frivillige i arbeidet med gudstjenestene, 18 000 i arbeid med barn, 15 000

med ungdomsarbeidet – og mange andre gjør tjenester for andre gjennom uken. Noen gjør en innsats flere ganger i uken, andre stiller opp en helg i året.

I Den norske kirke er det mer enn ti ganger så mange frivillige som ansatte (ikke i antall årsverk, men i antall involverte personer).



- En kirke uten frivillighet er utenkelig, sier lederen av menighetsrådet i Ris, Andreas Seierstad.

- En kirke uten frivillighet er utenkelig. I Frivillighetens år vil vi sette et ekstra søkelys på den store arbeidsinnsatsen som utføres av frivillige medarbeidere, sier Andreas Seierstad.

På grunn av koronapandemien har antall frivillige

falt fra 95.000 i 2019 til 75.000 i 2020 på landsplan. I Frivillighetsbarometeret (en studie for Frivillighet Norge i samarbeid med Kantar), går det fram at 4 av 10 mener koronasituasjonen har hindret dem i å gjøre frivillig arbeid.

- Vi har store oppgaver med å løfte aktivitetsnivået etter to år med avlysninger og nedstenginger. Derfor passer det bra at vi får drahjelp fra Frivillighetens år i 2022, sier menighetsrådslederen.

Han peker på noe han finner særlig inspirerende i det nyeste Frivillighetsbarometeret:

- Potensialet for å rekruttere flere til frivillig arbeid er stort dersom rekrutteringen gjøres på riktig måte. Hele 59% av dem som ikke er forsøkt rekruttert, oppgir at de kan tenke seg å gjøre frivillig arbeid for en sak de er opptatt av.

Her kan du melde din interesse dersom du av og til vil gjøre en innsats sammen med andre i Ris kirke: <https://kirken.no/ris/frivillig>



### Fra Frivillighetsbarometeret 2021

(En studie for Frivillighet Norge i samarbeid med Kantar)

· Den frivillige arbeidsinnsatsen i de frivillige organisasjonene i Norge tilsvarer 142 000 årsverk (SSBs satellittregnskap for frivillig sektor 2020).

· 55 % av befolkningen (over 15 år) har gjort frivillig arbeid i løpet av det siste året (Frivillighetsbarometeret 2021).

· Dette motiverer mest til frivillig engasjement: Å være til nytte, gjøre noe av samfunnsverdi og jobbe med noe man brenner for.

· Frivillige er opptatt av fleksibilitet, påvirkningsmulighet og klare oppgaver.

· 42% oppga i 2020 - koronaåret - at de var ensomme fra tid til annen. De som jobber mye med frivillighet er de minst ensomme.

## Frivilligsentralen har 204 registrerte frivillige

- Samfunnet blir best når vi hjelper hverandre, sier Espen Watne Andresen som er daglig leder i Vestre Aker Frivilligsentral. Hans jobb er å legge til rette for at flest mulig skal få å kjenne på gleden ved å gjøre andre glade.

Vestre Aker Frivilligsentral som holder til i Ris Skolevei 14, har nå 204 registrerte frivillige. Den yngste er 17 år og den eldste 94. Denne sentralen har vært i sving i 22 år og er bygget opp rundt det de kaller én-til-én hjelp.

- Dette kan være alt fra å bli kjørt til legen, få hjelp til å handle, skifte lyspærer, reparere skapdøren som har falt ned osv. osv. Frivilligbussen som vi startet med i 2012, er et særlig tilbud til eldre. Vi har en 8-seter som frivillige kjører og hvor alle seniorer kan hentes hjemme og bli kjørt til seniorsenter eller andre aktiviteter, forteller Andresen. Han fremhever også tiltak som språkkafe og leksehjelp.

Frivilligsentralen samarbeider med både omsorgsboliger, seniorsenter og sykehjem. Her hjelper frivillige

til med blant annet aktiviteter og besøkstjeneste.

Andresen understreker at Frivilligsentralen ikke er en konkurrent til andre organisasjoner.

- Vi skal være en støttespiller og vi rekrutterer gjerne frivillige til andre!



Espen Watne Andresen er daglig leder i Vestre Aker Frivilligsentral. (Foto: privat).



Frivillighetens år skal feires i vår bydel også. 11. juni inviterer Vestre Aker Frivilligsentral til "Generasjonslekene i Vestre Aker".

- Vi oppfordrer alle foreninger, organisasjoner eller grupper å ta kontakt med meg slik at de kan være med og vise seg frem! Arrangementet skjer på Vinderen og vi har hele uteområde til Ris skole til disposisjon, forteller Espen Watne Andresen.

På 1980-tallet kom Norges første offentlige utredning (NOU 1988:17) om frivillig innsats. Etableringen av frivilligsentraler ble et resultat av en idéduddag i 1990. Ordningen startet i 1991 med 91 sentraler. Nå fins det 460 frivilligsentraler i landet. Driften av sentralene er et spleiselag mellom stat, kommune og frivillige organisasjoner.

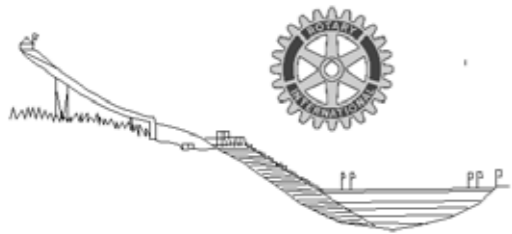
### Frivillig.no

Frivillig.no er en oppslagstavle for frivillige oppdrag. Nettsiden gjør det enklere for frivillige organisasjoner å finne folk og enklere for folk å finne frivillige oppdrag.

I 2019 var det over 21.000 meldinger gjennom Frivillig.no fra folk som ville bli frivillige. Mer enn 2500 organisasjoner, lag og foreninger har registrert seg og er med på å synliggjøre den lokale frivilligheten.

Frivillig.no drives av de frivillige organisasjonene selv gjennom Frivillighet Norge, og er støttet av Helse- og omsorgsdepartementet, Kulturdepartementet, Oslo Kommune, Gjensidigestiftelsen og Sparebankstiftelsen DNB.

## Holmenkollen Rotary – Nye medlemmer ønskes



Vi har plass til å ta opp ytterligere 3-4 medlemmer i Holmenkollen Rotary Klubb.

· Vi samles hver tirsdag kl 18:00 i Holmenkollen kapell, i Krypten. Besøk oss helt uforpliktende! Vi er en åpen klubb uten noen hemmeligheter.

· Mange interessante foredrag fra eksterne gjester av almen samfunnsinteresse som Christian Ringnes og kollegenerolen Rolf Nyhus

· Vi arbeider og hjelper både lokalt og internasjonalt. Vi har også hyggesamlinger som krabbefest, torskaften, julebord og mye mere

Se mer info. på facebook og <https://holmenkollen.rotary.no>

Kontakt gjerne: Inger-Lise Bogerud mob 957 36 596 e-post: [ingainga29@icloud.com](mailto:ingainga29@icloud.com) eller Steinar Kyrkjebø mob 916 94 840 e-post: [steinar.kyrkjeboe@gmail.com](mailto:steinar.kyrkjeboe@gmail.com)

## Svar på Ris quiz

1. Mandorla er en oval aura av stråler som omkranser guddommelige figurer ( spesielt i Kristus-fremstillinger)
2. Pelikanen som napper i sitt eget bryst og mater sine unger med sitt blod er et folkelig symbol for Kristus og hans forsoningsoffer
3. Sogneprest Olaf Strømme
4. Biskop Johan Lunde
5. Fordi folk strødde palmegrener foran Jesus da han var på vei inn i Jerusalem
6. Den kristne påsken feires på første søndag etter første fullmåne etter vårjevndøgn
7. Du skal ikke bryte ekteskapet
8. Direktør Harald Hille, senere generaldirektør i Norsk Hydro
9. Villa Høva
10. Thorleif Haugs vei går fra Voksenkollveien og slutter helt på toppen av åsen
11. Han var skiløper – særlig kjent for innsatsen i OL i Chamonix i 1924. Han ble tredobbel olympisk mester på 50 km, 18 km og kombinert
12. Blindvei nordøstover fra Ivar Aasens vei langs Sogsvannsbekken. Oppkalt etter en gammel kvern som stod ved bekken
13. Norsk billedhugger ( 1894-1991 ). Bodde på Slem-dal
14. Løypa er oppkalt etter alpinisten Andreas Wyller, som anla bakken på begynnelsen av 1930-tallet
15. 3 ganger – i 1989, 1991 og 1992



Det er babysang hver mandag i Ris menighetshus, det er gratis og uten påmelding. Kom når du kan og vil. Unntak er helligdager og mandager i skoleferiene. Dersom det er andre unntak, annonseres disse på Facebook-gruppen RISBABYSANG.

Babysangsesongen i Ris starter første mandag etter skolestart og holder på til andre mandagen i de-

sember. Den fortsetter igjen litt ut i januar og avsluttes mandagen før sommerferien.

Vi starter babysangsamlingen med sang, lek og bevegelser, og avslutter med kaffe, mat og hyggelig samvær. Vi serverer kaffe, te og litt godt. Ta med deg din egen niste.

Vi deler oss opp i 2 grupper.

- Kl. 11:00 for babyer som er 7- 12 mnd.
- Kl. 11:30 lunsj/ kaffepause for gruppe 1
- Kl. 12:00 babyer som er 3- 7 mnd.
- Kl. 12:30 lunsj/ kaffepause for gruppe 2

Dersom du er flau for å synge, så er babysang i Ris et ypperlig sted å bli kvitt sjenansen. Der lærer du at din stemme er din babys favorittstemme i hele verden, uansett hvor skralt og falskt du selv måtte mene at du synger.

Velkommen skal du være!



RAGNAR BJERING, KJEVEORTOPED PHD

## REGULERINGSTANNLEGEN PÅ VINDEREN

Tannlege Ragnar Bjerling tilbyr vanlig regulering, regulering på baksiden av tennene og regulering med gjennomslittige skinner.

Ved siden av reguleringstannlege har vi også spesialister på:

- Tannimplantater / visdomstenner
- Krone / bro
- Røntgen

VI TILBYR TANNREGULERING FOR BARN OG VOKSNE



# TannSpes

TannlegeSpesialistene i Oslo

Holmenveien 5G, 0374 Oslo  
22 20 50 50  
[post@tannspes.nhn.no](mailto:post@tannspes.nhn.no)  
[www.tannspes.no](http://www.tannspes.no)

Lett adkomst med T-bane til Vinderen stasjon, eller buss til Holmenveien (linje 46) eller Ring 3 (linje 23, 24, 40, 260).

KORT VENTETID – GRATIS PARKERING

## Catering med tilhold på Ris

Mattis Mat tilbyr lokal catering både for store og små selskapeligheter. Alt fra konfirmasjon, bryllup, dåp, fødselsdag, minnestund, kokkekurs og mer - til en rimelig pris!



Kontakt oss idag!

Tlf 97631925 [post@mattismat.no](mailto:post@mattismat.no) [mattismat.no](http://mattismat.no) Jegerveien 4, 0777 Oslo



# Med påskens dikter gjennom den stille uke

**Den danske presten og biskopen Thomas Kingo (1634–1703) er en av dem som står bak flest tekster i Norsk salmebok. Hans salmer har en sentral plass i norske menigheters påskefeiring.**

*Av Sigurd Hjelde, professor emeritus fra Universitetet i Oslo. Hjelde bor på Gråkammen.*



*Den danske salmedikteren Thomas Kingo (1634–1703) er representert med 16 salmer i Norsk salmebok 2013. Kingo kalles også «påskens salmedikter». (Ill.: Alchetron.com)*

Thomas Kingo var biskop i Odense i det siste kvartalet av 1600-tallet. Han levde og virket altså i den tidsperioden som kalles barokken, en tid da kunst og kulturliv var preget av sterke kontraster; mellom liv og død, mellom himmel og jord, mellom sanselighet og evighetslengsel. Diktningen kjennetegnes ikke sjelden av en høystemt, kunstferdig språkstil og av en frodig bruk av bilder. Slike dikteriske virkemidler finner vi også hos Kingo, ikke minst i skildringen av den dramatiske påskehistorien.

Kingo vokste opp i enkle kår, men hans uvanlig gode evner åpnet vei til den lærde skolen og det teologiske studiet. Allerede som ung prest fikk han høve til å imponere både kongen og ledende statsmenn med sin prekenkunst, og gjennom de to diktsamlingene «Aandeligt Sjungekor» – med sanger til bruk i hjem og kirke – viste han stort talent som dikter. Han skrev forresten ikke bare religiøse tekster, men også leilighetsviser, kjærlighetssanger og høystemte jubelkvad til den dansk-norske enevoldskongen. Så var det kanskje ikke så underlig at det var nettopp Kingo som fikk i oppdrag å utarbeide en ny offisiell salmebok da den gamle fra reformasjonstiden var moden for revisjon.

Men om biskopen i Odense var svært så lojal overfor kongehus og statsmakt, var han visst heller enerådige som salmeredaktør. I den første delen av det nye salmeverket lot han ubeskjeden nok sine egne salmer utgjøre en god halvpart. Det var dessuten de som mente at han hadde brukt unødig hard labb ved revisjonen av gamle og kjente salmer. Så det ble strid om den nye salmeboka, en strid som endte med at en oppnevnt komite skulle skape fred og få i stand et kompromiss. Den nye salmeboka som ble autorisert i 1699, kom likevel til å bære Kingos navn, og Kingo fikk rett til å trykke og utgi boka i den første tiårsperioden. I lange tider var Kingos salmebok i flittig bruk både i Danmark og Norge. Enda så sent som på midten av 1800-tallet var den i bruk i en tredjedel av de norske menighetene.

I sine påskesalmer gjengir Kingo de siste, dramatiske hendingene i Jesu liv. Det begynner på palmesøndag, da den nyankomne høytidsgjesten forårsaker nysgjerrighet og røre i Jerusalems gater. (Se Kingos tekst på salme nr. 145 i Norsk Salmebok)

Nå var ikke dette noen innmarsj med soldater og skinnende våpen, ingen militær makt demonstrasjon. Men like

fullt var det en konge som kom, en fredskonge som for alltid skal beseire ondskapsmaktene og dødskreftene og derfor kan gi trøst og trygghet til trellebundne mennesker.

Men det var en konge som kom til å skuffe. Han innfridde ikke forventningene og folkejubelen la seg snart. Noen få kvelder senere er den avgjørende stunden kommet. Da er Jesus alene i utkanten av byen, i en hage på den andre siden av Kedron-dalen. (Se Kingos tekst på salme nr. 134 i Norsk Salmebok)

Ikke engang Jesu nærmeste venner følger ham til det siste. Selv Peter med de store løftene glemte sin troskap da det virkelig gjaldt. Men Jesus går videre den veien han måtte gå, en vei gjennom tvilsomme rettsforhør, gjennom pisking og latterliggjøring og endelig med korsbjelken opp mot retterstedet. (Se Kingos tekst på salme nr. 169 i Norsk Salmebok)

Langfredagsmørket kunne likevel ikke vare ved. Det som ikke kunne tolkes som annet enn dødens sikre triumf, det ser Kingo som Guds seier over alle ondskapsmakter, et oppgjør en gang for alle med alt som står imot. Ved dag gry på den andre siden av sabbatshelgen er Jesu grav tom.



*På Påskemorgen var Jesu grav tom. (Ill.: Lars Tothammer / kirken.no)*

## Som den gylne sol frembryter

(Thomas Kingo 1689)  
Norsk Salmebok nr. 190  
- vers 1, 2 og 7

1. Som den gylne sol frembryter gjennom den kullsorte sky og sin stråleglans utskyter, så at natt og mulm må fly, så min Jesus av sin grav og det dype dødens hav oppstod ærefull av døde imot påskemorgen røde.

2. Takk, du store seierherre, takk, du livets himmelhelt, som ei døden kunne sperre i det helvedmørke telt! Takk fordi at opp du stod og fikk døden under fot! Ingen tunge kan den glede med tilbørlig lovsang kvede.

7. Takk for all din fødsels glede, takk for alt ditt guddomsord, takk for dåpens hellig væte, takk for nåden på ditt bord! Takk for dødens bitre ve, takk for din oppstandelse, takk for himlen du har inne, der skal jeg deg se og finne.

## Hendene | Påskeandakt

Har du tenkt på hendene til Jesus noen gang? Det er kanskje et rart spørsmål. Men bli med på en liten påskevandring, der vi stopper ved noen korte scener og retter blikket mot hendene til Jesus. Ta deg god tid. Se for deg scenen. Se for deg hendene.

Den vesle hånden til spedbarnet i krybben. Moren som reker hånden ned, barnet som intuitivt griper rundt morens pekefinger.

Den omsorgsfulle hånden på barnas hoder, når Jesus velsigner dem.

De harmdirrende hendene som i raseri velter bodene til pengevekslerne og selgerne i tempelet.

Den helbredende hånden som smører leire på den blindes øye og gir ham synet tilbake.

Den faste hånden som skriver hemmelige ord i sanden. Mens alle de andre hendene løfter steiner de vil kaste mot en forsvarsløs kvinne.

Den løftede hånden som hilser og vinker til folket, mens Jesus rir på eselfolen inn i Jerusalem.

De ydmyke hendene som strekker seg ned for å vaske disiplens føtter.

De sterke hendene som bryter brødet og sender vinbegeret rundt bordet, til ordene: Dette er min kropp. Dette er mitt blod.

De skjelvende hendene i Getsemane, mens Jesus ber og så blir arrestert.

De knuste hendene til den døende Jesus på korset. Blodige hender, gjennomboret av nagler.

Så langt det er, fra det pludrende barnet i krybben til den livløse Jesus på korset. Og ennå er det uendelig langt igjen å gå, for han som skal gjøre det umulige spranget fra døden til livet. Jesu hender og kropp er skjult i gravens mørke.

Men ved morgengry den tredje dagen, finner kvinnene graven tom. Og når de forvirrede vennene til Jesus har måltid sammen i byen Emmaus, er det en fremmed hos dem. Han viser frem hendene sine. Sårene fra naglene og spydet hjelper dem å tro det umulige: Jesus har stått opp. Han lever.

Jesu kunne ikke overvinne døden uten å bli såret. Det guddommelige er hverken «perfekt» eller uskadet. Et arr kan være et tegn på seier.

Gud, la oss kjenne dine gode hender i vindens sus gjennom vårlige gater, i fjellsolen som varmer våre ansikter. La oss kjenne ditt varme nærvær i hver hånd som stryker et kinn og tørker bort en annens tårer.

*Tekst: Gisle Skeie  
Ris menighetsråd  
redaktør i Eide forlag*

# «All time high» for lederkurs i menigheten



Vi satser stort på å få gode ungdomsledere i Ris. Vi har 200 konfirmanter og et aktivt ungdomsmiljø. Derfor har vi både vært i København på besøk hos Sjømannskirken, og på Lia gård for å hente inspirasjon og kunnskap sammen.

*Kristina Nomme, menighetspedagog*

Høsten 2021 tok vi opp suksessen fra fjoråret, med lederkurs i egen menighet. Etter sommerens bo-hjemmeleirer var det flere som hadde gått ett år på lederkurs som ønsket seg å gå videre. Derfor valgte vi å starte opp to ulike kurs; Lederkurs 1.0 og Lederkurs 2.0. Der meldte 27 av årets konfirmanter seg på, og 29 av 40 valgte å gå videre fra lederkurs 1 til lederkurs 2.

Det var i en periode usikkert om hvordan vi skulle tilrettelegge for så mange ungdommer, i en pandemi. Men vi ønsket å gi disse ungdommene en bli-kjent-tur på tvers av lederkursene i slutten av første semester. Vi kastet oss rundt, og 12

fikk avtalt med Sjømannskirken i København for å få til et samarbeid. Der ble vi tatt imot med åpne armer, og 48 ungdomsledere og 5 voksne reiste på tur 3.-5. desember, akkurat i skjæringspunktet når Norge igjen stengte ned. I København var vi med på den tradisjonelle lørdagsgrøten i Sjømannskirken, hadde gudstjenesteworkshop, besøkte Tivoli og var med som medliturger, kirkeverter og prekenholdere på søndagen før vi reiste hjem. Vi kom oss gjennom hele helgen, uten noen smitte hos verken ungdommene eller ansatte. I ettertid har vi fått så mange gode tilbakemeldinger fra ungdommene selv, og foreldrene – og vi håper på gjentakelse høsten 2022.

Dette semesteret skal ungdommene på ny tur, denne gangen litt mer praksisorientert, og endelig tilbake til Lia gård. 18.-22. februar reiser 30 ungdommer og flere ansatte opp med buss for å lage leir sammen. Denne gangen er det under KFUK-KFUMs motto; «ungt ansvar, voksent nærvær». På Lia skal ungdommene ha ansvar for morgen- og kveldsandakter, ha underholdningskvelder, aktiviteter på dagtid, gudstjeneste i Stavkirken og gå på tur til den berømte «Pannekakehytta». Ungdommene skal deles inn i grupper med «nye» og «gamle» ledere.



*Ungdomslederne på besøk i Sjømannskirken i København:  
Ungdomslederne steker vafler til kirkekaffe'n. To av våre ungdomsledere holdt preken i gudstjenesten.  
Smittevern og moro på tur! Alle ungdomslederne bidro på ulikt vis i gudstjenesten.*

## Tenåringshjernen – Foredrag for konfirmantforeldre og andre interesserte

Torsdag 31. mars kl 19.00 kommer psykologspesialist Didrik Hægeland tilbake med sitt foredrag om tenåringshjernen. Didrik hadde et foredrag på menighetshuset i fjor for konfirmantforeldre, da under strenge restriksjoner. Denne gangen er vi veldig klare for å åpne kirken og enda flere plasser til de som er interesserte. Foredraget er en del av en serie med temakvelder for foreldre, og er støttet med midler fra bydel Vestre Aker. Mer informasjon om foredraget på våre hjemmesider/Facebook.

**Tenåringshjernen**

Didrik Hægeland  
Psykologspesialist

Torsdag 31. mars kl. 19:00

[www.didrikhegeland.no](http://www.didrikhegeland.no)

# REKKVERK og LEVEGG

Kontakt oss for et godt tilbud!

Våre design leveres som rekkverk, leegger og gjerder som bygges etter behov og ønsket design.



Større stolpeavstand, bredere glassflater.



Glass og øvrige elementer innfestes inn i stolpene – bedre estetikk, lunere miljø og støydemping.

Våre design leveres som rekkverk, leegger og gjerder.

- ✓ Glass og øvrige elementer innfestes i stolpen – bedre estetikk, ly og støydemping
- ✓ Større stolpeavstand, bredere glassflater – bedre utsyn og design
- ✓ Tåler norske værforhold
- ✓ Kan bygges etter behov og ønsket design

Forefence produktene er designet og produsert i Norge.

Se vår hjemmeside for inspirasjon  
[www.forefence.com](http://www.forefence.com)

## FOREFENCE

SHOWROOM (etter avtale): Slemdalsveien 129 | 0777 Oslo  
Tlf. 948 71 045 | [post@forefence.com](mailto:post@forefence.com)

## Gamle olympiske diplomer

Historiske minner, flotte kunstverk og internasjonalt populære samlergjenstander fra de olympiske leker.

➔ Johan Ditlev-Simonsen  
@ monds33@gmail.com

I forbindelse med de XVII olympiske vinterleker på Lillehammer i 1994 gikk folk "mann av huse" for å kjøpe og samle pins som er små jakkemerker i metall. Selv hadde jeg en pose godt forlagt i min kjeller med gamle olympiske jakkemerker, medaljer, billetter, programmer etc som min farfar - Olaf Ditlev-Simonsen jr. - hadde samlet i perioden 1948 til 1966 da han var Norges medlem i IOC og formann i Organisasjonskomiteen for vinter-OL i Oslo i 1952. Noen få ting hadde han også samlet på i fra sommer-OL i Berlin i 1936 hvor han tok sølv i 8 meter-seilasene. Mens hele Norge søkte disse moderne pinsene gikk jeg «all in» og gikk aktivt inn for å samle så mye jeg kunne av gamle samlergjenstander både fra sommer- og vinterolympiadene som hadde vært. I 30 år har dette vært mitt store samlerområde og det har ført meg ut i den store verden hvor jeg stort sett annet hvert år møter store internasjonale samlere som kommer i fra hele verden. Av forskjellige OL-gjenstander får man gjerne noen favoritter og for meg har olympiske diplomer vært noe av det aller gjeveste. Jeg tror det er fordi de gamle diplomene i stor grad er så utrolig vakre. Jeg har her valgt ut tre av dem som eksempler på de aller fineste man kan tenke seg som også er gode minner om flotte norske olympiske resultater over 100 år tilbake i tid. Gullvinnerdiplomer er selvfølgelig det aller gjeveste å samle på for en samler så det hyggelig for meg å presentere nettopp tre diplomer for gullvinnere i tre forskjellige idretter.



**De V olympiske sommerleker i Stockholm i 1912 – Gulldiplom for troppskonkurranse i gymnastikk – "trupptäflan med fritt val af rörelser och redskap"**

Norges tropp besto av 24 mann under ledelse av Johs. P. Dahl. Finland vant sølv og Danmark bronse. Motivet på diplomet er en kvinne som holder en stav og seiersstatue med Stockholm Stadion i bakgrunnen. På diplomet er også Sveriges "tre kronor" gullforyllt trykket på.

**De IV olympiske sommerleker i London 1908 – Albert Helgeruds gulldiplom for skyting – lag**

Petter Albert Thorvaldsen Helgerud (født 1876 – død 1954 i Svelvik) er en av våre aller største olympiere med til sammen 8 olympiske vinnermedaljer i sommerolympiadene i 1906, 1908, 1912 og 1920. Han vant to gull – begge i London 1908. Gullene ble vunnet i skyting 300 meter rifle individuelt og for lag. Motivet i Londondiplotet viser seiersgudinnen med seierskrans i midten, mellom "Hellas" og "Britannia" som henspiller til den greske olympiske tradisjon og at disse olympiske lekene ble arrangert i Storbritannia. Diplommet er signert av Lord Desborough – "President of the British Olympic Counsel"



**De VII olympiske sommerleker i Antwerpen 1920 – Helge Løvlands diplom for gull i tikamp**

Helge Andreas Løvland (født 1890 i Froland – død 1984 i Oslo) vant olympisk gull i tikamp i Antwerpen i 1920. Helge Løvland jobbet store deler av sin sivile karriere med idrett, blant annet i Norges Landsforbund for Idrett og Norges olympiske komite og som idrettskonsulent for Hæren



og formann i Forsvarets idrettsråd. Løvland bygget hus i Gjøaveien på Smestad i 1936 og bodde der til 1965. Som liten gutt gikk jeg i "park" som den gang var i Smestadparken. Om vinteren var det for kaldt å være ute der og derfor var vi inne – i kjelleren til Løvland i Gjøaveien. Helge Løvlands gullvinnerdiplom er særdeles vakkert hvor motivet er seiersgudinnen Athene som kroner en vinnende atlet og med Antwerpens idrettsstadion i bakgrunnen. Diplommet er signert av IOC sin president Henri de Baillet-Latour fra Belgia og generalsekretæren for lekene Alfred Verdyck.



# Hageland

Der  
kunnskapen  
groer

Vi har et stort utvalg av grønne inneplanter!

# Hageland Skajem

Ditt hagesenter i Oslo Vest

Se vår hjemmeside  
for åpningstider  
og inspirasjon  
[www.skajem.no](http://www.skajem.no)

Risveien 7  
0374 Oslo

Tlf. 22 13 96 90

**VELKOMMEN TIL**

## Vinderen Besserud 60 pluss

**UT I NATUREN!**

VIL DU HOLDE DEG I BEVEGELSE?  
VI GÅR HVER TIRSDAG KL. 10:30 FRA  
HEFTEYBAUTAEN PÅ MIDTSTUEN

Er i alle aldre - helt opp til de over 90 år.  
Du kan gå i tilpasset tempo - med bøy og tøy -ledet  
av fysioterapeut

PÅMELDING IKKE NØDVENDIG  
- OG SÅ ER DET GRATIS!



Ditt valg - Vårt ansvar

22 14 20 00

[www.stormelektro.no](http://www.stormelektro.no)

Stolthet - Tradisjon - Pålitelighet



**DIN ELEKTROINSTALLATØR**

## Velkommen til oss!

Vi holder til i nye, moderne lokaler sentralt på Vinderen.  
Lett adkomst med parkering og heis. Vi er faglig oppdaterte,  
tilstreber høy kvalitet og setter av god tid til hver behandling.

### Adresse

Slemdalsveien 70 B, 2. etg,  
0370 OSLO

### Timebestilling

Tlf. 22 70 39 90

### Prøv oss!

#### Vi tilbyr blant annet:

- Røntgen med stor bilder som gir bedre oversikt
- Utfører implantatprotetik
- Estetisk tannpleie
- Samarbeid med dyktige spesialister

VINDEREN TANNLEGENE

[www.vinderentannlegene.no](http://www.vinderentannlegene.no)



### LAGERLEIE

Forskjellige størrelser  
- standard 6 m2  
Tørt og frostfritt,  
ankomst med bil  
Tlf.: 23 62 94 70

Epost: [post.ris.oslo@kirken.no](mailto:post.ris.oslo@kirken.no)  
[kirken.no/ris](http://kirken.no/ris)

## Berg Lions Club



### GI OSS BØKENE DINE

Vi tar imot bøker (ikke leksikon) og  
i Godals vei 12, Tåsen, mandager kl. 18:00-19:30.  
Grunnet koronasituasjonen kan mottaket i perioder bli  
stengt og vi kan dessverre ikke for tiden hente bøker.  
Se info på <https://facebook.com/LionsBokmarkedet>  
Ring 988 31 809 eller 988 32 061 hvis du har spørsmål.

## Vinderen Rens & Skjorte service

Vinderentorvet  
Slemdalsveien 72  
Åpent: 8-18 (9-16)

**22 49 19 19**

[www.renseri.no](http://www.renseri.no)



**JØLSTAD**  
begravelsesbyrå

Grefsen - Abildsø  
Kirkeveien - Smestad  
Kalbakken - Holtet  
Sandvika - Asker

**22 79 77 00** (24t)

**Jolstad.no**

**SAGA®**  
BEGRAVELSESBYRÅ



**Begravelse til riktig pris**  
Vi ordner alt det praktiske og er tilgjengelig hele døgnet. Hos oss er du i trygge hender.

Telefon: 4000 2460  
sagabegravelse.no

**GRAVSTEIN24®**  
- vi vet hvor mye det betyr for deg

Vi utfører alt av vedlikehold på eksisterende gravminner.

Inngravering av nytt navn med datolinje på eksisterende gravstein kr 5800,-

Se også vårt utvalg av nye gravsteiner.

Kontakt: Tlf: 4000 2448  
E-post: [post@gravstein24.no](mailto:post@gravstein24.no)  
[www.gravstein24.no](http://www.gravstein24.no)

**GMM**  
GRØNSETH MONUMENT AS  
Etabl. 1881

**GRAVMONUMENTER  
TILFØYELSER  
RESTAURERING**

Vi er eldst i bransjen og holder til i trivelige lokaler i Hoffsvæien på Skøyen.

Vi leverer alt av gravmonumenter og er spesialister på naturstein med personlig preg.

Det gis en rabatt ved visning av menighetsbladet.

Hoffsvæien 29  
Tlf. 22731370  
Mob. 90038150  
[post@gronsethmonument.no](mailto:post@gronsethmonument.no)

 **Gunnar Ruud**  
CATERING - SELKAPSMAT



La oss komme med maten, og du kan sitte ned og nyte festen sammen med gjestene dine.

I over 75 år har vi forsynt Oslos befolkning med de deiligste retter. I tillegg til kaldt- og varmtkjøkken har vi eget pølse-makeri hvor vi produserer blant annet pålegg, pølser, kjøttboller og karbonadekaker. Dette gjør at vi har full kontroll på råvarene hele veien.

Du kan være trygg på at du får en fin matopplevelse når maten leveres av Gunnar Ruud Catering AS.

[www.gunnarruud.no](http://www.gunnarruud.no)  
Tlf. 23 30 25 00

**Gunnar Ruud**  
Norderhovgt. 7 - 0654 Oslo



**NABOLAGET I GLEDE OG SORG** Gjelder for perioden 10.11.2021-20.02.2022

**Døpte**

**Ris kirke**

Carla Hermine Jevanord  
Gregers Molenaar Hveding  
Emil Sedivy Aarskog  
Kaja Wikborg  
Sonja Falck Worren  
Maia Fagerli Landmark  
Josefine Haugen Larsen  
Henrik Vindenes  
Liam Skyberg Carlsson

**Holmenkollen kapell**

Wilhelm Borgnes Skaugen  
Nora Tvetter Heggen  
Edvard Gabriel Seggara-Odland  
Frid Kravik-Jørundland  
Wilhelm Oskar Gjertsen  
Fredrik Kalland Staubo  
Ingrid Sophie Lyche  
Magnus Hammersvik Østerhus  
Mikkel Hafeld Grieg  
Tobias Mindt-Soot  
Sienna Estelle Othilia Flåskjer  
Sjur Andreas Jørgensen Pollen  
Ludvig Grothe Nordsve  
Martin Bock-Hagen  
Emily Solheim Vigen  
Astrid Synnøve Ødegaard Moy

Helmer Herding Hoff  
Cornelius Owren Ziesler  
Mikkel Scheel Drevvatne  
Emmie Lindqvist-Ellen  
Jens Follestad  
Annie Mathilde Friis Lorentzen  
Gard Sjøthun  
Viljar Sjøthun  
Hennie Kristiansen Boasson-Hagen  
Olav Sylvester Ringdal  
Einar Magnus Stiklestad Göbel  
Hermine Nesje-Skjæran  
Hedda Amlie Nystøyl  
Gustav Strømshoved Snarvold  
Mikkel Kaarud Ryhjell  
Amalie Louise Sundby Frølandshagen  
Ariana Tveraabak Barhag  
Aron Tveraabak Barhag  
Eira Lyche Alme  
Louise Sagerup Irgens  
Cedric Thoresen Scott  
Josef Theo Echano Bagasbas-Aganon  
Edvard Mull Thorsen  
Sara Lyche Sjøberg  
Georg Løvlien Langberg  
Amalie Katrine Samsing-Gundersen  
Hedda Hurum  
Casper Hartvig Rødstøl

Caroline Haugen Lien  
Ola Bryne Aasen  
Hermine Alexandra Lindahl Caspari  
Gustav Bjørland Mørk  
Olav Dale Reinsbø  
Nikolas Trent Sandberg  
Fredrik Huus Ryen  
Mathias Hauger Fløtre

**Andre kirker**

Alfred Olof Erixon  
(Nordmarkskapellet)

**Viede**

**Ris kirke**

Ingeborg Kristin Sunde og Hans Jørgen Sunnanå  
Bodil Erdal og Mads Ragnar Wilhelmsen  
**Holmenkollen kapell**  
Gine Schaathun og Ole Bergersen  
Karianne Aandahl Haga og Ole Kristian Merkesvik Brandtzæg  
Monica Larsen Sugar og Andreas Natvig Sørstrøm

**Gravferder**

Arne Willy Berg  
Marianne Kristin Ekrheim Schøyen  
Wenche Grove Hervig

Ingrid Margrethe Wold  
Johan Sæbø  
Erling Thom  
Nils Helmer Juell  
Odd Haaheim  
Kirsti Liaaen  
Gunvor Byrkjeland  
Leif Jan Bjørnson  
Lars August Backer  
Sara Elizabeth Klæboe  
Turid Alette Weisser  
Bodil Kopperstad  
Ragnhild Badi-Massoud  
Johan Magnus Evertsen  
Harald Olav Torhaug  
Tor Linae  
Kirsten Gunvor Steinfeldt-Foss  
Helen Daphny Rosemary Lødrup  
Tor Martin Røhr Andresen  
Unni Marton  
Arvid Hoel  
Jorunn Håland  
Stig-Rune Steiro  
Berit Drevvatne  
Vincent Galtung  
Louise Storm  
Kari Aasnæs  
Else Birgitte Carlsen  
Inger Margrethe Boger  
Egil Nesheim  
Halvor Ascheoug



Over 40 år i bransjen  
Har mange anbefalinger

Polering... Små reparasjoner...  
Rubbing... Bulker...  
Lakkering av karosseri Riper i lakken...  
skader og båt skader... Oljeskift og dekkskift...  
Båt polering... Mot vask  
Bil reparasjon... Nye Batterier...

Våre tjenester på stedet

TLF (Alfred) 966 63 224

## 60 Pluss: Viktig å ta vare på seg selv og andre!

Randi Høeg har vært en ivrig turgåer i Vinderen Besserud 60 Pluss i mange år. Gleden over å holde seg i form og det sosiale samvær i gruppen har gitt henne mye. Hun deltar fortsatt med liv og lyst i gruppens mange aktiviteter – gåturer, gym.øvelser, lunsjtreff og utflukter. Hennes oppfordring til andre eldre er klar. Bli med og kom i form!

På bildet Randi til høyre, Cecilie Heyerdahl, som er en av fysioterapeutene i gruppen til venstre og tilrettelegger av gruppens mange aktiviteter, Jon Skauan i midten.



## Ny bydelsdirektør: Ønsker frivillig samarbeid

Bydel Vestre Aker har nylig fått ny bydelsdirektør, som heter Kristin Nilsen. Risbladet har stilt direktøren noen få spørsmål om hvem hun er, og hva rollen som bydelsdirektør innebærer.



Kristin Nilsen er bydelsdirektør i Vestre Aker

↳ Ida K. Dørsjø Kristiansen  
📧 privat

Du heter altså Kristin Nilsen, og vi vet du kom hit fra Bærum. Hvem er du, og hva gjorde du i Bærum kommune?

Jeg er en aktiv dame på 54 år som er glad i jobben min og liker utfordringer. Jeg er født og oppvokst i Bærum og kommer fra en stilling som kommunaldirektør i min hjemkommune. Jeg har lang ledererfaring fra offentlig virksomhet, og kjenner godt til de tjenestene bydel Vestre Aker har ansvar for.

Hva gjør egentlig en bydelsdirektør, hvilket ansvarsområde har du?

En bydelsdirektør er øverste administrative leder. Som bydelsdirektør har jeg et overordnet administrativt ansvar for å drifte og utvikle bydelens tjenester. Bydelsdirektøren skal gi faglige råd til de folkevalgte og fremme saker for Bydelsutvalget. Forholdet mellom bydelsdirektør og Bydelsutvalget kan sammenlignes med en administrerende direktør som er underlagt et styre.

Vi har lest at bydelen skal satse enda mer på samarbeid med frivilligheten. Ris menighet er med blant annet sine over 200 konfirmanter og 60 ungdomsledere en stor frivillig aktør. Hvordan samarbeider bydelen i praksis med frivilligheten?

Bydelen står overfor store utfordringer i fremtiden og er i en krevende økonomisk situasjon. Vi har en høy andel eldre og den andelen vil øke i årene fremover. Det overføres nye oppgaver fra stat til kommune og stadig flere vil få behov for helse og sosial tjenester. Samtidig vil det bli vanskelig å rekruttere nok helsepersonell innen pleie- og omsorgsykker i årene fremover.

Bydelen kan ikke løse fremtidens utfordringer alene, og vi vil være avhengig av samarbeid og partnerskap med innbyggere og lokalsamfunn, frivillige lag og organisasjoner, sosial entreprenørskap og næringsliv. Vi har mange ressurssterke innbyggere som ønsker å bidra og Ris menighet er et godt eksempel på dette.

Og hvordan kan bydelen styrke dialogen med sine innbyggere og organisasjoner?

Jeg har stor tro på medvirkning og mener at bydelen må skape møteplasser og invitere innbyggere til dialog. Jeg har tidligere vært med på å invitere til folkemøter om utvikling av fremtidens tjenester. Det har vært nyttig og gitt mye god innsikt. Vi må gå nye veier og innhente mer kunnskap og erfaring fra våre innbyggere! Her skal vi få til mye spennende i tiden fremover, jeg ser frem til samarbeidet!

Tusen takk, Kristin Nilsen, og lykke til med den viktige jobben!

## Fasteaksjon søndag 3. april

Ingen barn skal måtte drikke skittent vann. Likevel må 785 millioner mennesker det hver dag. La oss bidra til en mer rettferdig verden sammen. Vi ser frem til årets fasteaksjon 2. og 3. april 2022!

Som alltid skal konfirmantene våre være med på fasteaksjonen, men vi planlegger også i år en digital innsamlingsaksjon! Så følg med på våre digitale plattformer for mer informasjon! Denne aksjonen retter seg mye mot konfirmantene, men er åpen for alle som har lyst til å se. Sammen skal vi sikre rent vann til flere mennesker!

**For 250 kroner  
kan et menneske få tilgang  
til rent vann resten av livet**

Pandemien har forandret verden, og nå står verden overfor en ny fattigdomskrise og sultkrise. De mest sårbare rammes hardest og behovene vokser raskt. Hver krone vi samler inn er helt avgjørende for at Kirkens Nødhjelp kan igangsette store nødhjelpsoperasjoner når katastrofer inntreffer, men også til å skalere opp arbeidet til dem som trenger det aller mest.



## Holmenkollen kapells venneforening

arrangerer medlemmøter flere ganger  
i året med konserter og foredrag.

Årlig kontingent

kr. 400,- person

kr. 600,- par

kr. 1500,- bedriftsmedlemmer

Livsvarig medlemskap kr. 10 000,-

Kontonummer: 1503.23.79181



Foreningens formål er å bidra til at  
Holmenkollen Kapell vedlikeholdes  
utvendig og innvendig på best mulig  
måte og inngår som en viktig del av  
Holmenkollen Nasjonalanlegg.

For nærmere opplysninger  
ta gjerne kontakt med  
Kari Leegaard på tlf 98 41 04 43 eller  
Erik v. Hirsch på tlf 90 61 44 69

## FASTE AKTIVITETER

### BABYSANG

mandager kl. 11 og kl. 12

Foreldre og babyer: Lek, sang og spise sammen

### RIS KFUK-KFUM-SPEIDERE

tirsdager kl 18

Utendørsaktiviteter i aldersinddelte grupper.

Epost: bjerke.unni@gmail.com

### TIRSDAGSSAMLINGENE

tirsdager kl. 19

Temaer og samtale: Åpent for alle og gratis entré

22/3: Misjon m/ Mirjam Artmark Aanensen

5/4: Bibeltid m/Christine Andreassen

26/4: Kirkekampen under 2. verdenskrig v/ Andreas Seierstad

### SMÅBARNSTREFF

kontakt Vestre Aker helsestasjon

### UNGDOMSKLUBBEN RISK

(13-20 år)

hver torsdag kl. 19, ulike temaer hver uke

### TWEENSKLUBBEN SLUSH

(10-12 år)

fredager kl. 14:30: Spiser, leker, drikker slush!

### LØRDAGSKAFÉEN

en lørdag i måneden kl. 12

Møtested spesielt for de med psykisk utviklingshemming

## 5 kjappe med ny ungdoms- koordinator



Vi er så heldige å ha fått inn  
en ny medarbeider på laget  
i høst, Adrian Sagvold Grøn-  
dahl. Han jobber nå særlig  
med ungdomsklubben RISK  
og er med i ungdomsarbei-  
det generelt i Ris.

### Hvem er du?

Jeg er jo Adrian, da, jeg er 23 år og  
impulsiv, energisk og glad i folk!

### Hvor er du fra?

Fra Gjøvik.

### Hvorfor liker du å jobbe med ungdom?

Fordi de er ærlige, morsomme og  
så har de et perspektiv og syn på  
livet som jeg stadig kan lære av

### Hva er det beste med jobben din?

Det er vel kanskje fellesskapet og  
alle de flotte ungdommene jeg får  
møte!

### Hva liker du å gjøre på fritiden?

På fritiden liker jeg å være ute i  
naturen.

## VELKOMMEN TIL GUDSTJENESTE

### Ris kirke

06.03. kl. 11:00

Høymesse

13.03. kl. 11:00

Myldregudstjeneste

20.03. kl. 11:00

Høymesse

27.03. kl. 11:00

Pilegrimsmesse

03.04. kl. 11:00

Fasteaksjons-  
gudstjeneste

10.04. kl. 11:00

Høymesse på  
palmesøndag

15.04. kl. 11:00

Langfredags-  
gudstjeneste

17.04. kl. 11:00

Høytidsgudstjeneste  
påskedag

18.04. kl. 18:00

2. påskedagskonsert

24.04. kl. 11:00

Høymesse

01.05. kl. 11:00

Høymesse

08.05. kl. 11:00

Pilegrimsmesse

15.05. kl. 11:00

Høymesse

### Holmenkollen kapell

06.03. kl. 11:00

Sportsgudstjeneste

13.03. kl. 11:00

Dåpsgudstjeneste

20.03. kl. 10:00

Åpent kapell

27.03. kl. 11:00

Dåpsgudstjeneste

03.04. kl. 11:00

Dåpsgudstjeneste

14.04. kl. 18:00

Skjærtorsdags-  
gudstjeneste

24.04. kl. 11:00

Dåp av konfirmanter

01.05. kl. 11:00

Kollenmesse

08.05. kl. 11:00

Dåpsgudstjeneste

15.05. kl. 11:00

Kollenmesse



### Daglig leder

Yngvar A. Husebye  
408 14 258 / 950 83 000  
yh226@kirken.no



### Vaktmester

Zsolt Molnar  
930 79 411  
zm587@kirken.no



### Vaktmester

Bianca Molnar  
930 79 411



### Menighetssekretær:

Ida K. Dørsjø Kristiansen  
23 62 94 70  
ik346@kirken.no



### Menighetspedagog:

Kristina Nomme  
924 43 424  
kn339@kirken.no



### Trosopplæringsleder:

Cecilie Trogstad Johnsen  
481 85 950  
cj784@kirken.no



### Kantor Ris:

Terje Baugerød  
951 10 962  
tb529@kirken.no



### Organist Holmenkollen:

Petter Amundsen  
928 89 790  
pa798@kirken.no



### Prestene:

Sokneprest  
Jan-Erik Heffermehl  
jh265@kirken.no



Kapellan  
Arnfinn Eng  
997 45 822  
ae224@kirken.no



Kapellan (permisjon)  
Line Lindholm  
930 80 890  
ll992@kirken.no



Vikarkapellan  
Christine J. Andreassen  
47254996  
ca538@kirken.no



### Styret

Rishaven barnehage:  
Hanne Mari Halvorsen  
905 04 873  
post@rishaven.no



Risbakken 1, 0374 Oslo

Tlf 23 62 94 70

Epost: post.ris.oslo@kirken.no

**Spørsmål om dåp/bryllup:  
23 62 90 09 (8-15.30)**

# Støtt våre arrangementer!

Overskuddet fra begge aksjoner går til å støtte tiltak i vårt nærmiljø; bl.a. barne og ungdomsprosjektet MITT VALG



## Velkommen til Barneskirenn ved Holmendammen 12. mars

Barneskirenn er for alle barn fra 0-10 år. Dette blir en festdag med musikk, vaffelbod, god stemning og selvfølgelig medalje til alle deltagere.

Vi regner med stor publikumsstøtte fra foreldre, besteforeldre som vil heie på morgendagens skihelter.

**Frivillig påmeldingsavgift er 100 kr. pr. barn, for 2 eller flere barn totalt 150,-. Vi tar gjerne imot støtte på Vipps nummer 92348**

### Tidsplan for dagen:

Påmelding: 10:30 til kl 11:30

0-4 år (2018-2022)

Start fra klokken 10:30

5-7 år (2015-2017)

Start fra klokken 11:30

8-10 år (2012-2014)

Start fra ca klokken 12:00



## Kjøp årets kalk, gjødsel og bark fra Lions Slemdal

### Hjelp oss å hjelpe andre.

Bestilling innen 20. april.

Utkjøring 26.-27. april.

Vi leverer gratis på døra.

For nærmere informasjon om bestilling og levering kontakt:

**Arne Bakken**

916 28 400

arne.bakken@gmail.com

**Jan Gulseth:**

909 49 998

jpgulseth@online.no



## Din innsats for lokalmiljøet?

### Lions Slemdal søker flere yngre medlemmer!

Enten du har vokst opp i nærmiljøet vårt eller har flyttet hit i voksen alder, har du sikkert møtt på Lions Slemdal. Vi samler inn penger gjennom aktiviteter, og gir alt videre til dem som virkelig trenger det.

Det er vi som i en årrekke har arrangert St. Hans-fest og barneskirenn på Holmendammen, julekonsert med Sølvгутtene i Ris Kirke samt støttet Heming og Ready gjennom Mitt Valg. Vi kjører ved til gamle som trenger det og lærer ungdom med spesielle behov å svømme samt å gå på ski. Vi eier hester som brukes i terapiridning for unge pasienter ved Gaustad sykehus og driver Lions Førerhundskole der vi trener opp førerhunder. Om våren kjører vi jord og bark hjem til folk og tar oss av vakhold samt speakertjeneste på Holmenkollstafetten og Oslo Maraton.

Pandemien siste året har dessverre gjort det umulig å gjennomføre mye av dette, men vi håper på bedre tider i 2022!

Nå ønsker vi oss litt friskt blod, særlig fra dere yngre foreldre med barn. Dere kan velge å være fullverdig medlem, eller aktivitetsmedlem som hjelper til på enkeltaktiviteter. Det er hyggelig å hjelpe andre, og vi har et supert miljø i Lions Slemdal.

## Ønsker du å vite litt mer?

Les mer på [www.lions-slemdal.no](http://www.lions-slemdal.no) eller kontakt Jan Espen Thorvaldsen på 905 53 767 eller [taggart@online.no](mailto:taggart@online.no)



Lions Club Slemdal  
Etablert 1961

