



# RISBLADET



## Frivillighetsfest med Traces Gospel

### Fødsel på Jesu tid

Sokneprest Paul Erik Wirgenes:  
**-Bibelens budskap berører**

julekonsertene og  
julegudstjenestene



# Risbladet

Nr 4 – 2022

Utgis av  
Ris menighetsråd  
Opplag: 12 300  
Bladet deles ut  
av Bring  
til adressater i  
Ris menighet.  
Bladet kommer ut  
fire ganger i året.

## Ansvarlig utgiver:

Ris menighetsråd  
v/leder  
Andreas Seierstad  
amse@vikenfiber.no

## Layout:

Ida K. D. Kristiansen

## Redaksjonen:

Andreas Seierstad  
Øyvind Gaukstad  
Johan Ditlev-  
Simonsen  
Gunnar Westermoen  
Bjørn Tønnesen  
Yngvar A. Husebye  
Ida K. D. Kristiansen

## Annonser:

gunnar@husan.no  
Tlf: 911 21 216  
Frist annonsemateriell  
til nr. 1 2023:  
Februar 2022

## Trykk:

X-Idé as

## Neste nummer:

Risbladet nr 1/2023  
kommer i postkassene  
i begynnelsen av mars

## Frivillig abonnement:

1503 02 20061  
Giroen merkes  
"Risbladet"

## Forsidebilde:

Foto: Bjørn Tønnesen  
Fra frivillighetsfest i Ris  
menighetshus onsdag  
9. november 2022 med  
nydelig sang av Traces  
Gospel.  
Velkommen til frivillig-  
hetsfest neste år!



Foto: Bjørn Tønnesen



## Leder

Yngvar A. Husebye  
Daglig leder i Ris

Kjære leser,

Takk for at du leser Risbladet, og vi håper det faller i smak. Det er heldigvis mange som har glede av menighetsbladet, og 86 årganger forteller meg at det er tradisjoner og lange linjer i Ris menighet. Risbladet leveres i postkassen til hele vårt sogn, som strekker seg fra Frøen opp til Smestad, og hele veien opp til Frognerseteren.

Det er kanskje ingen selvfølge at vi som menighet når ut til vårt sogn, altså til alle våre innbyggere. Det er mye som skjer i våre liv, og selvsagt er det mange som ikke forholder seg til kirkeliv og menighet. Det skal vi naturligvis respektere. Jeg opplever likevel at Ris menighet, med våre to vakre kirkebygg, betyr noe for mange. Det er veldig mange som sier at Ris kirke og Holmenkollen kapell betyr noe spesielt for dem. Kirkebyggene er for mange en del av vår lokale identitet: Alltid med oss, i glede og i sorg. Det ser vi også på at mange foreldre døver sine barn, vi vier mange brudepar, og vi konfirmerer mange ungdommer.

Faktisk ligger Ris menighet på norgestoppen for dette. Selv i et pandemiår som i fjor, døpte vi 236 barn og vi konfirmerte over 200 ungdommer. Og tendensen er stigende. Det gjør oss ydmyke og stolte. Menighetens arbeid når ut til mange, og betyr noe for mange.

Jeg vil gjerne få rette en spesiell takk til alle som har økonomisk støttet menighetens arbeid. Som kjent har vi hatt store utgifter med rehabiliteringen av Holmenkollen kapell, som var utsatt for råte og lekkasjer. I disse dager står vårt vakre kapell endelig ferdig, fullstendig restaurert og vedlikeholdt. Uten store bidrag fra flere enkeltpersoner, familier og ideelle fond hadde vi ikke klart det. Det samme gjelder taket på Ris menighetshus, som måtte rehabiliteres. Med helt nytt tak med solcellepanel reduseres menighetens energikostnader betydelig, og vi kan sikre at vi får gjort mer for vår menighet, for våre eldre, og ikke minst for våre barn og unge. Vi har også store vedlikeholdsbehov for Ris kirke, men det kan vi komme tilbake til.

Vi opplever at menighetens arbeid verdsettes. Vi håper du er enig. Tusen takk, alle sammen!

**Giro i midten av bladet går til Ris menighets kultursatsing i 2022:  
Nytt konsertflygel i Ris kirke. Vær med og gi ditt bidrag!**

# Biskopens juleandakt

Dei to første juleorda er ikkje "glade jul", eller "joy to the world!". Det første som blir sagt i jule-evangeliet er "frykt ikkje!" Engelen sa det til Maria og gjentok det for gjestarane på julenatta, sånn vi høyrer det i Lukas-evangeliet.



Biskop Kari Veiteberg  
Foto: Dag Smemo

Eg veit ikkje kva du som les fryktar, eller er redd for. Men eg veit at i dette året som snart har gått, har mange av oss kjent på frykt i ulike former. Det er krig i verda og dette året kom krigen svært nær oss. Eg høyrer om apati hos ungdomen vår, klimasorg er utbreitt og mange av oss er tyngde ned av sjølv livet. Skytinga i Oslo sentrum under Oslo Pride natt til 25. juni hadde som mål å skape frykt.

Ein ven fortel meg at han øver seg på å bli mindre redd. Plutselig kjem frykta, fortel han. "Det er frykt i alle krokane. Eg klarer ikkje å gå ut. Eg begynner å skjelve." Angsten kan, bokstaveleg tala, ete opp sjela.

Den første julerepublikken er "frykt ikkje!" Kanskje er det særleg viktig å løfte det fram denne jula?

Det var noen gjeterer der i nærheten som var ute på marken og holdt nattevakt over flokken sin. Med ett sto en Herrens engel foran dem, og Herrens herlighet lyste om dem. De ble overveldet av redsel. Men engelen sa til dem: "Frykt ikke! Se, jeg forkynner dere en stor glede, en glede for hele folket: I dag er det født dere en frelser i Davids by; han er Messias, Herren."



Eg ser for meg at det var ord den forskremte vordane tenåringsmora, så vel som gjestarane som heldt vakt mot ulvar, trengte å høyre. På same måten som svært mange av dei Jesus møtte i sitt liv, også hadde behov for. Jesus gjentek, gong på gong til redde disiplar og menneske i krise og fortvilning, engelens ord: Frykt ikkje! Ver ikkje redde!

Kanskje er det også ord som vi med fordel kan skrive av, og henge i ei ramme?

Nokre av dei finaste minna eg ber med meg frå alle dei åra eg har feira julekvelden i regi av Bymisjonen eller andre, er korleis det er mogleg å kunne være ærleg med seg sjølv om det som rir kroppen av angst og ufred, og likevel, eller kanskje nettopp derfor, kunne finne mening i å halde kvarandre i hendene,

gå rundt juletreet, klappe i hendene og synge høgt saman. Plutselig høyrst refrenget sant ut:  
"Så rekker jeg deg nå med glede min hånd,  
kom skynd deg og gi meg den annen,  
så knytter vi kjærlighets hellige bånd  
og lover å elske hverandre."

Eg ber om julefred, livsmot og håp for oss alle.

Ris quiz  
Quizmaster Øyvind A. Gaukstad

løsning på side 17

1. Hva heter den nye diakonen i Ris menighet?
2. Hvor mange konfirmanter hadde Ris kirke i 2022?
3. Hvor mye strøm produserer det nye solcelletaket på Ris Menighetshus?
4. Når starter kirkeåret?
5. Når levde St. Nikolas?
6. Når ble Jesu fødselsdag fastsatt?
7. Hvor lå Roll og Ihlens skole?
8. Vestre Aker historielag feiret i høst jubileum. Hvor mange år har laget eksistert?
9. Hvem er Ryghs vei oppkalt etter?
10. Når ble idrettslaget Heming stiftet?

# Vår nye sokneprest Paul Erik Wirgenes gleder seg til jul i kirken: - **Bibelens julebudskap berører**

- Juleevangeliet har mange fascinerende fortellinger i seg. Jeg gleder meg til å dele disse fortellingene og finne ord for hvordan de berører våre liv i dag.

*Gunnar Westermoen*

Dette sier vår nye sokneprest Paul Erik Wirgenes (63). Han overtok tidlig i oktober etter Jan-Erik Heffermehl, og forbereder seg til sin første jul som prest siden han var prest i Skøyen i Oslo 1996-2003.

- Jeg har i mange år sett på min kones travle presteliv i desember og vært ordentlig misunnelig. Endelig er det min tur til å stå midt i dette igjen. Juleevangeliet er fortellingen om Gud som viser sitt ansikt som et utsatt og avhengig nyfødt barn. Dette er budskapet som knytter sammen himmel og jord. Jeg er dypt fascinert av Jesusfortellingens kraft til å forvandle menneskers liv og ber til Gud om å få gi dette videre, sier Paul Erik Wirgenes.



*Paul Erik Wirgenes utenfor Ris kirke.*

## Oppmerksomheten på barn og unge

Han ønsker at kirken skal ha særlig oppmerksomhet på arbeid blant barn og unge.

- Det ligger en fornyende kraft i å holde fokus på barn og unge, mener han.

De store konfirmantkullene i Ris menighet gir dermed utfordringer Wirgenes gleder seg til:

- Konfirmantkullene i Ris samler bredden blant kirkens medlemmer. Her finner vi svært ulikt språk om tro og religion og ulike erfaringer knyttet til egen kirketilhørighet. Konfirmasjonstiden gir unge mennesker en

mulighet til å erfare kirken og kristen tro innenfra. Det er en utbredt ordløshet og forlegenhet når det gjelder å snakke om tro, - både blant unge og voksne. Jeg vil arbeide for en modig kirke som gir rom for de åpne og nysgjerrige samtalene om tro og tvil, - der vi deler både troen og undringen, sier Wirgenes.

Den nye soknepresten i Ris er et kjent navn i Den norske kirke fra sitt omfattende virke som prest, kirkebyråkrat, forfatter, foredragsholder og styreleder. Internt i kirken forbindes han særlig med Trosopplæringsreformen som han ble hentet til Kirkerådet for å lede, helt fra starten i 2003.

## Viktigste endringsprosess

- Trosopplæringsreformen har blitt beskrevet som den viktigste endringsprosessen i kirken i vår tid. Det tror jeg er en riktig beskrivelse. Vi har de seneste 30 årene forberedt oss på det skillet mellom kirke og stat vi nå har fått. Selvstendigjøringen innebærer blant annet å stå på egne bein når det gjelder å tilby opplæring av alle døpte, - noe som kirken tidligere i stor grad overlot til skolens kristendomsundervisning, sier Wirgenes.

## «Gud gir – vi deler»

Plan for trosopplæring ble vedtatt på Kirkemøtet i 2009. Planen er et ressursdokument som gir rammene for trosopplæringen i Den norske kirke.

## Paul Erik Wirgenes (63):

vokst opp Svelvik i Vestfold  
bor på Hosle i Bærum  
gift med Mari Wirgenes  
3 barn og 8 barnebarn  
utdannet ved Menighets-  
fakultetet

har en variert tjeneste bak seg som feltprest, skoleungdomsprest, storbyprest, studentprest, stipendiat ved Institutt for Sjelesorg, kapellan i Skøyen i Oslo, prosjektleder og avdelingsdirektør i Kirkerådet og generalsekretær i Det Norske Bibelselskap

Ris kirke stod ferdig våren 1932, og kirken ble innviet samme år. Fem år senere ble Ris menighet opprettet og utskilt fra Vestre Aker menighet.

## Sokneprester i Ris:

Olaf Strømme,  
1937-1951

Sverre Eika,  
1951-1969

Leif Sandsdalen,  
1969-1980

Sverre Henning Smebye,  
1980-1992

Ola Rypdal,  
1992-2005

Stig Utnem,  
2005-2014

Jan-Erik Heffermehl,  
2014-2022

Paul Erik Wirgenes,  
2022-

Ved egne bevilgninger på statsbudsjettet har flere hundre nye ansatte og en rekke nye tiltak lansert de senere årene. I Ris er tilbud som «Babysang», «Lys Våken» og «Tårnagenter» eksempler på slike tilbud. Tre medarbeidere er ansatt for å arbeide med trosopplæringen i Ris.

Gjennom stortingsvedtak i 2012 og 2017 er Den norske kirke ikke lenger en statskirke. Fra sitt kirkerådskontor i Kirkens Hus i Oslo har Wirgenes deltatt aktivt i å forberede kirken på denne omfattende endringen.

Paul Erik Wirgenes har hatt en rekke sentrale verv i kirken og det kristelige organisasjonslivet. Han er for tiden styreleder for Diakonhjemmet

og har vært styreleder for Misjonsalliansen og styreleder i VID, Vitenskapelig høyskole.

## Fornyelse av kirkens forkynnelse

Paul Erik har også hatt sentrale roller i kirkens oppgaver ved nasjonale katastrofer siden han ledet støttetjenesten etter Brønnøysundulykken i 1988. Han har også ledet internasjonale team i denne typen arbeid. Et av «produktene» fra dette er bønneboken «Ord for natten»- en bønnebok for liv i oppbrudd og sammenbrudd.

Vår nye sokneprest brenner for fornyelse av kirkens forkynnelse.

Han har en rekke bokutgivelser bak seg, blant annet studieøkene «Fra søndag til søndag» som gir hjelp til bibelstudium ut fra de bibeltekstene som er utvalgt til lesning i gudstjenestene. Tusenvis av bibelgrupper har benyttet disse bøkene som Paul Erik og hans kone Mari Wirgenes har laget flere utgaver av siden 1997. Mari er utdannet sykepleier, diakon og prest og arbeider nå med prosjektet «gjennom alt» knyttet til sykehjemmene i Bærum.

- Jeg vil gjerne inspirere flere til å se rikdommen i Bibelen, sier Paul Erik Wirgenes.



## Et krafttak for Ris menighetshus

Taket på Ris menighetshus var 60 år gammelt, og måtte byttes ut. En tidligere vaktmester hadde svaret: La solen bidra! Og takket være støtte fra mange i sognet er Ris menighet nå strømprodusent og får lavere kostnader i mange år fremover.

*Bjarne Berggrav*

Det første entusiastiske initiativet til nytt solcelletak på menighetshuset kom fra tidligere vaktmester Tore i november 2018. Året etter var menighetens «Grønn gruppe» med Mariken Homleid og Margrete Nagell-Erichsen m.fl. på banen og arbeidet for nytt strømproduserende tak.

Taket var gammelt med asbestholdige eternittplater som begynte å falle ned. Tore mente husets 60 års jubileum 2. oktober 2020 burde være et mål og foreslo at menigheten skulle ta et krafttak i dobbelt forstand. Skepsis til solcelletak, kostnadene og pandemi gjorde at det tok fire år før Tores idé kunne realiseres. Men etter sommerferien i år stod taket ferdig.

- Solcelleanlegget produserer strøm selv i regnvær! Menighetshuset og menighetsbarnehagen hadde i 2021 til sammen strømutfgifter på kr. 290 000. Dersom vi legger 2022-prisen til grunn sammen med leverandørens estimat på årlig strømproduksjon, blir inntjeningsstiden ca.

16 år, sier en entusiastisk daglig leder i Ris menighet, Yngvar A. Husebye.

-Vi måtte uansett byttet det asbestholdige taket, så merkostnaden for solceller gjør investeringen bedre på alle måter.

Han takker for støtte fra over 80 bidragsytere, Rishaven menighetsbarnehage, Sparebankstiftelsen DNB, organisasjoner og fond som gjorde etableringen av solcelletaket mulig.

- Vi er umåtelig takknemlige for all støtte, og uten store og små økonomiske bidrag hadde vi ikke klart dette løftet. Ris menighetshus er et samlingspunkt i sognet og i bydelen med aktivitet tidlig og sent uken igjennom, og det gjelder å ta vare på huset vårt. Solcelletakene vil bringe Ris menighet fremover i grønn retning. Nå setter vi mindre fotavtrykk på våre naturressurser og bidrar til en bedre verden for kommende generasjoner, sier Husebye.

- Hver time vi ikke selv kan bruke

strømmen som produseres, selges strømmen ut på nettet til markedspris. Det skjer også nå i vinterhalvåret, selv om vår- og sommeren er best. Visste du forresten at solceller isolert sett virker best i kaldt vær, nærmere bestemt minus fem grader? Både strømsalget og nedgang i kjøpt strøm vises nå på fakturaene fra Fjordkraft, sier Husebye.

Siden oppstart 17. august har solcelletaket på Ris menighetshus produsert 6.343 kWh, og det etter en lang regnværperiode i høst.

Fordi nytt tak ble ansett som fasadeendring, måtte Ris menighet søke Plan- og bygningssetaten (PBE) om tillatelse. PBE mente at menighetshuset har en viss «kulturhistorisk verdi», men godkjente prosjektet under «sterk tvil». Oslos byantikvar har derimot vært positiv hele veien, og tilbakemeldingene ellers er veldig gode. Mange synes huset nå er vakrere enn noen gang.

## Barnet i krybben og menneskeverdet

«Men det skjedde mens de var der, da kom tiden da hun skulle føde. Og hun fødte sin sønn, den førstefødte. Hun svøpte ham og la ham i en krybbe, fordi det ikke var rom for dem i herberget».



*Ola Didrik Saugstad,  
Professor i barnesykdommer  
og nyfødtelege*

Slik skildrer evangelisten Lukas (2,7) Jesu fødsel. Matteus skriver bare at Jesus ble født i Betlehem, Markus og Johannes nevner ikke hans fødsel. Vi må derfor ta fantasien til hjelp for å få et mer utfyllende bilde av hvordan denne fødselen skjedde.

Tradisjonen forteller at Maria vokste opp i Jerusalem. Også hun var av Davids ætt som vokter på profetien om at Messias skulle fødes blant en av dem. Nasaret var bebodd av Davids etterkommere og det var derfor ikke tilfeldig at Maria ble lovet bort til en mann derfra. Profetien om at Messias skulle fødes i Betlehem (Mika 5,1) kunne ha vært en sterk drivkraft for at Josef tok den høygravide Maria med på den fire dager lange reisen fra Nasaret til Betlehem.

Spedbarn- og mødredødeligheten var svært høy i antikken. I datidens Romerrike var dødeligheten i første leveår kanskje så høy som 25-30%, mot i dag noen få promiller i vår del av verden. Som ung førstegangsføderske var faren forøket for Maria. Risikoen for at noe kunne gå galt både med mor og barn var altså høy. Det er i dag tre hovedårsaker til at nyfødte dør: Infeksjoner, oksygenmangel ved fødselen, og for tidlig fødsel. Det er grunn til å tro at dette var de tre største truslene også for datidens fødsler. Det er derfor liten

grunn til å tro at Jesu fødsel kom helt uforberedt. Josef, som en mann med sterk pliktfølelse, la sikkert turen fra Nasaret til Betlehem via Jerusalem og besøkte Marias foreldre. De visste dermed at hun var høygravid.

I dag advarer vi mot hjemmefødsler, og en stall var neppe det mest hygieniske stedet å bli født, skjønt vi vet egentlig ikke om det var en stall. Fødte Maria alene, eller var det med en jordmor? Jødene hadde jordmødre, det står beskrevet allerede i 2. Mosebok, vi kjenner også navnet på to av dem, Sjifra og Pua (2. Mosebok 1,15.) Det var derfor ganske sikkert en jordmor eller en «doula» tilstede, en erfaren kvinne som kunne støtte og hjelpe under fødselen. Tradisjonelt var dette eldre kvinner, ofte mor eller helst svigermor, som tok på seg oppgaven som doula.

Kanskje Marias egen mor, Anna, gikk den 10 km lange turen fra Jerusalem til Betlehem for å delta i fødselen? Eller var det Elisabet, mor til Døperen Johannes, som også visste når fødselen skulle skje, som tok den korte turen fra den judeiske fjellbygden Ein Karem for å være til stede?

Josef selv var neppe tilstede under fødselen. Men i den gresk-romerske kulturen på den tiden, hadde faren en viktig oppgave ved å godkjenne om et barn så levedyktig ut – og dermed

om det skulle få leve opp eller ikke. Hyppigheten av infanticid (barndrap) er vanskelig å anslå, men særlig nyfødte piker var utsatt. Den tyske nyfødtelegen Michael Obladen anslo at alt fra 5 opp mot hele 50 prosent av nyfødte ble utsatt for infanticid. Den jødiske kulturen skilte seg imidlertid skarpt ut fra de omliggende ved at et barn ble betraktet som en Guds gave. Infanticid ble ikke praktisert.

Den jødiske troen på at et menneske har en sjel var viktig for menneskeverdet, som ble markert av navneseremonien 8 dager etter fødselen, og senere i den kristne barnedåpen. Den jødiske og etter hvert den kristne kultur skilte seg derfor ut fra de omliggende ved at nyfødte ble beskyttet.

Med Jesu fødsel ble den gamle profetien i Jesjajaboken oppfylt: «Se, jomfruen skal bli med barn, hun skal føde en sønn og gi ham navnet Immanuel» (Jes 7,14).

Troen på at nyfødte har en udødelig sjel sammen med kristendommens fokus på Jesusbarnet i krybben, ble avgjørende for å gi også nyfødte barn menneskeverd.

# REKKVERK og LEVEGG

Kontakt oss for et godt tilbud!



Våre design leveres som rekkverk, levegger 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, levegger 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)

## Sokneprestens hjørne: Hjemme i kirken

Jeg har vært sokneprest i Ris i snart to måneder. Det er rart å starte opp i en slik jobb. Det er mange mennesker jeg prøver å bli kjent med. Det er nye rutiner og litt andre oppgaver jeg skal lære å mestre. Alt dette liker jeg. Det er flott å være prest.

Første dagen på jobb fikk jeg nøkkelknippet til våre to kirker. Jeg fikk et lite flashback til første gangen jeg fikk nøkkel til en kirke. Vi var en gjeng ungdommer som hørte til i Nanset kirke i Larvik. Fordi vi fikk nøkkel dit kunne vi stadig møtes der og kjenne kirken som ordentlig «vår». Det er 46 år siden jeg fikk denne nøkkelen. Men det har alltid vært en sterk opplevelse å få min egen nøkkel til et kirkerom. De første dagene jeg var sokneprest i Ris gikk jeg stadig alene til kirkerommet. Jeg tente noen få lys. Jeg spilte fløyte og gikk rundt i rommet. Jeg så på kunsten og kjente etter hvor jeg likte meg best i rommet. Jeg prøvde talestol, bakerste benk og hvordan det var å knele på alterringen. Jeg var stille og kjente den dype pusten. Jeg kjente meg hjemme.

Det er ikke slik at jeg tror at Gud er mere til stede i et kirkerom enn utenfor kirken. Jeg tror Guds nærvær omgir oss på alle kanter. Gud er like nær på en fotballarena, i stua hjemme, i Nordmarka eller på byens torg. Men min sjel snakker tydeligere med



Sokneprest Paul Erik Wirgenes. Foto: Bjørn Tønnesen



meg når jeg er hjemme i et kirkerom. Denne sterke tilhørigheten og erkjennelsen av å høre til hos Gud kan jeg ha mange steder. Men stadig kommer jeg hjem til «min kirke» og får næring til troen og kjærligheten.

Akkurat nå forbereder vi jul. Det er tett med arrangementer i kirkene våre. Her vil det være barnehager og skoleklasser. Vi har en fantastisk bred vifte av konserter. Det er mange gudstjenester. Det vil være flere titusener på besøk i våre to kirker i desember måned. Jeg håper og ber om at alle får kjenne litt på «her hører jeg hjemme følelsen». Aller helst ville jeg at alle skulle ha sin egen nøkkel til kirken sin – men det får vi ikke til.

Det har vært feiret kristen jul i dette landet i langt mer enn 1000 år. Fortsatt evner denne gamle fortellingen om Maria og Josef og det nyfødte barnet i Bethlehem å tale til menneskers liv og håp. Jeg gleder meg til å synges julesangene og lete etter ord og tanker fra julefortellingen som berører våre liv og livstolkning. Det er fint å være prest i desember!

# Verdens beste julegave til deg selv eller en du er glad i

Aktivitetstjenesten som sikrer en mer aktiv  
og sosial hverdag for seniorer!

Skap en mer  
sosial og aktiv  
hverdag i 2023!


Våre pålitelige Hverdagsvenner kommer på besøk til faste tider. De ønsker å bidra med gode samtaler, meningsfulle aktiviteter og helsefremmende hjelp til eldre som bor hjemme.

## Tjenesten tilpasses ønsker og behov:

- Gode samtaler og hyggelig samvær
- Aktivitet, gåturer og trening
- Kultur, hobbyer, sosiale møteplasser
- og mye mer

Første besøk er gratis og uforpliktende – deretter introtilbud fra 490,- pr. mnd.

Ta kontakt for en uforpliktende prat!

 970 08 612

[vilmer.no/hverdagsvenn/bestill](http://vilmer.no/hverdagsvenn/bestill)

En tjeneste fra  Vilmer



## Hvem og hva er Vestre Aker Dusjlag?

Dusjlaget er et blandet kor med fire stemmegrupper, som nå teller i underkant av 40 medlemmer, hovedsakelig spreke seniorer/pensjonister. Vi har fått nye kormedlemmer det siste året og ønsker gjerne flere velkommen!

 Toril Riddervold  
 Bjørn Tønnesen

Vestre Aker Dusjlag – eller Dusjlaget som vi kaller det til daglig – er et sangkor som ble stiftet for mer enn 30 år siden blant glade venner som kom sammen i storstuen i Ris menighetshus fordi de «likte å synge i dusjen» - derfor også korets navn! Mange har vært med helt siden starten i 1990, noen har sluttet og noen har kommet til undervegs.

Dusjlaget har i løpet av årene som har gått siden 1990 utviklet seg til å bli et kor med variert repertoar - fra klassisk musikk, kirkemusikk og opera til visesang, musikal, jazz, spirituals, folkeviser fra mange land, m.m. Ris kirke har vært vår konsertarena i alle år for både julekonserter og andre konserter, gjerne i samarbeid med andre kor og musikere, også gjestekor fra utlandet.

Dusjlaget har gjennom årene hatt flere dyktige dirigenter. Fra januar 2022 har vi vært så heldige å få Kaia Rullestad Teigen som dirigent - vårt nye, ungdommelige alibi!

### Kaia, hvordan var det å komme til Dusjlaget og Ris?

- Det var en interessant start i januar, siden det første som møtte oss var innstramminger på grunn av Omikron, så jeg skal innrømme at det var litt med hjertet i halsen jeg

ga meg i gang med et nytt kor i en pandemi. Heldigvis kom vi jo fort nærmere normaldrift, og siden da har det gått slag i slag, med opptredener i Ris kirke, egen vårkonsert og ikke minst kortur til Bornholm i mai. Det var veldig stas å begynne et semester da koret hadde store ting på gang. Dusjlaget har tatt meg veldig godt imot, og selv om de av og til kanskje er redde for at jeg er for ambisiøs, tror jeg de stort sett setter pris på at jeg utfordrer dem. Jeg synes vi har det gøy sammen, og det tror jeg vi kommer til å ha framover også.

- Så er det litt ekstra gøy å få være litt i Ris kirke, spesielt å jobbe med Terje, som jeg har kjent lenge. I 2018 gjorde vi Händels Messias sammen, men spesielt faren min har jobbet en hel del med Terje i årenes løp, blant annet nettopp i Ris kirke på 1. juledag. Så sirkelen er sluttet!

### Fortell litt mer om deg selv, Kaia!

- Jeg er ei skikkelig østkantjente, 30 år, oppvokst på Kampen, med røtter på Vestlandet og Hedmarken. Jeg vokste opp med musikerforeldre (de er begge sangere) og en bestefar som var skuespiller. Så det gikk som det måtte gå, også jeg ble utøvende kunstner.

- Jeg er utdannet musikalartist fra Bårdar Akademiet og operasanger fra Griegakademiet og Operahøgskolen, KHiO. Jeg har alltid likt å være allsidig og å ha mange jern i ilden, så nå jobber jeg frilans som sanger og skuespiller i opera, musikal og i konsertvirksomhet. Jeg underviser i sang på Norsk Skuespillerinstitutt og dirigerer et studentkor. I tillegg til å dirigere Dusjlaget, selvsagt!

- At jeg har mye å holde på med har Dusjlaget fått merke og. Da vi var på Bornholm satt jeg bakerst i bussen hele veien dit og pugget til eksamen i pedagogikk som jeg hadde 5 dager senere, i tillegg til at jeg forberedte to operaroller som jeg skulle gjøre en måned etter det igjen. Men etter to år med pandemi foretrekker jeg å ha det travelt. Det er egentlig litt deilig!

### Julekonsert 2022

Nå gleder vi oss veldig til vår tradisjonelle julekonsert i Ris kirke mandag 5. desember kl 19, denne gang sammen med Merradalen Mannskor og med Kaia som solist, - i tillegg til at Merradalen Mannskor også har solistinnslag i et par av sine sanger på programmet.

# JULEKONSERTER I RIS KIRKE

**Søndag 4. desember: Gjallarhorn spiller Steinerskolens julekonsert**

**Mandag 5. desember kl. 19: Vestre Aker Dusjlag m/ Mærradalen Mannskor**

*Dirigenter og solister: Kaia Rullestad Teigen & Ingeborg Soot.  
Klaver: Helge Evju. Orgel: Terje Baugerød*

**Tirsdag 6. desember kl. 18: Sølvguttene**

**Onsdag 7. desember kl. 18 & 21: Sangselskapet Guldbergs akademiske kor**

*Solist: Mathias Gillebo, messingkvintett med musikere fra Oslo  
Filharmoniske orkester. Dirigent: Sigurd Engesnes*

**Fredag 9. desember kl. 18: Jul med Solistkoret**

*Det Norske Solistkor med musikere: Gjermund Larsen (fele), Sondre Meisfjord (kontrabass)  
& Angela Ambrosini (nøkkelharpe). Dirigent: Grete Pedersen*

**Mandag 12. desember kl. 19: Sangverket «Julefryd»**

*Dirigent: Inger Uberg. Solist: Hugo Hermann. Klaver: Kristoffer Myre Eng*

**Onsdag 14. desember kl. 19: «Juletoner i Ris»**

*Benedicte Årving – sang, Marius Grønsdal – sang, Madeleine  
Ossum – fiolin, Terje Baugerød - tangenter*

**Torsdag 15. desember kl. 19: Søstre Hals med gjester**

*Kathrine og Susanne Hvinden Hals*

**Fredag 16. desember kl. 19: Det Norske Damekor  
«A Ceremony of Carols»**

*Harpe: Sidsel Walstad. Dirigent: Nina T. Karlsen Hovedverk på konserten  
er Benjamin Brittens «A Ceremony of Carols».*

**Lørdag 17. desember kl. 19: Hanne Krogh  
«Helt inntil JUL»**

*Med stjernesolist Thomas Ruud, koret Sangverket og musikere.*

**Søndag 18. desember kl. 17: Slemdal Skolekor**

**Mandag 19. desember kl. 19: St. Hallvard-guttene**

**Tirsdag 20. desember kl. 19: Fauna «Ljos»**

*Fauna & Jon Hjellum Brodal (fele / hardingfele)*

**Onsdag 21. desember kl. 19:  
«Terje alene med flygelet - julekonsert»**

*Terje Baugerød med fine, meditative improvisasjoner  
på Ris kirkes Steinway D flygel*

**Torsdag 22. desember kl. 18: «Deilig er jorden»**

*Anita Skorgan, Rein Alexander, Christine Gulbrandsen  
& Marie Klåpbakken med musikere*

For utfyllende og oppdatert informasjon om konsertene i Ris kirke, se TERJEB.NO



# JULEKONSERTER I HOLMENKOLLEN KAPELL

**Lørdag 3. desember kl. 16**

*Åsen Blåsen*

**Onsdag 7. desember kl. 19**

*Sangria*

**Torsdag 8. desember kl. 20**

*Kling Kokos studentkor*

**Lørdag 10. desember kl. 16**

*Grindbakken skoles musikkorps*



**Lørdag 17. desember kl. 18**

*Julie Wangensten Berge og band*

**Onsdag 21. desember kl. 19**

*Tenorbrødrene Martin og Henrik Enger  
Holm med kapellmester Stefan Ibsen  
Zlatanos på piano, 1. konsertmester i  
operaorkesteret Catharina Chen på  
fiolin og Andreas Kaleb Øhrn på cello*

## 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 mattismat.no Jegerveien 4, 0777 Oslo



# Koret Sangverket inviterer til julekonsert i Ris kirke mandag 12. desember kl. 19

Vi tar fram de kjente og kjære julesangene og fyller denne adventskvelden med musikken som lokker fram den gode, varme julestemningen og den barnlige, boblende gleden som hører jula til.

Dirigent og solist: Inger Uberg  
Solist: Hugo Hermann  
Klaver: Kristoffer Myre Eng

Voksne: 200 kr  
Barn og studenter: halv pris.  
Billetter kjøpes ved inngangen  
Vi serverer gløgg og  
pepperkaker etter konserten  
**VELKOMMEN!**  
Konserten er støttet av  
Aktivitetmidler for kor



# Frøensdammene

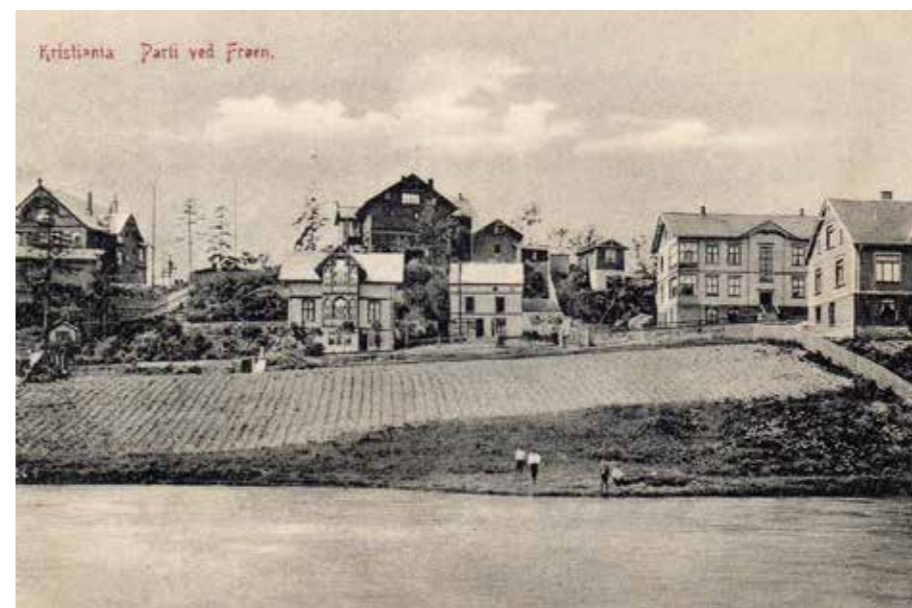
- Fra populære fiskedammer til nødvendige trikkespor

Johan Ditlev-Simonsen  
@monsds33@gmail.com

På midten av 1860-tallet ble Frøensbekken, som har sitt utspring fra Sognsvann, demmet opp rett syd for Lille Frøen gård etter en avtale mellom lokale eiendomsbesittere. Hensikten var å sikre vannforsyning til en del eiendommer og sikre driften av Frøens mølle. Som en slags bonus ble det to vakre dammer som hang sammen til glede for ivrige fiskere

om sommeren og for glade skøyteløpere om vinteren. I tillegg fikk eierne av dammene etter hvert også gode inntekter fra produksjon av isblokker om vinteren som etter hvert ble en etterspurt vare når isskapene, som trengte påfyll av is ganske ofte, ble mer og mere populære og tilgjengelige mot slutten av 1800-tallet og langt inn på 1900-tallet.

Aker kommune etablerte tidlig på 1900-tallet det kommunale selskapet Akersbanene som driftet trikken som gikk til Smestad og etter hvert Sognsvannsbanen. Rundt 1910 kjøpte selskapet en stor eiendom på Majorstuen og de to Frøensdammene for videre utbygging av Majorstuen stasjon og rutenettet vestover. I forbindelse med utviklingen i området ble Frøensdammene tømt og tørrlagt og bekken lagt i rør under hele området. Den dag i dag kan man med litt fantasi fornemme at man kjører gjennom dammene hvis man sitter på T-banen mellom Majorstuen og Frøen stasjon.



**Utsikt over Frøensdammen mot Nord-Vest med flere hus i Sveitserstilbebyggelse fra rundt år 1900. Flere av husene står der den dag i all sin prakt med adresser i Thaulows Vei som fikk sitt navn etter Apoteker Harald C. Thaulow i 1917.**



**Ivrig smågutter prøver fiske-lykken i en av Frøensdammene rundt 1910. Mellom dammen og Lille Frøen gård kan man skimte stolpene med ledninger som forsynte Holmenkolltrikkene med strøm. Banen lå den gang omtrent der hvor Slemdalsveien passerer Lille Frøen. I forbindelse med utviklingen av banenettet ble sporene flyttet noe vestover på begynnelsen av 1930-tallet - ned i de tørrlagte Frøensdammene.**



RAGNAR BJERING, KJEVEORTOPED PHD

## REGULERINGSTANNLEGEN PÅ VINDEREN

Tannlege Ragnar Bjerig tilbyr vanlig regulering, regulering på baksiden av tennene og regulering med gjennomslitte 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  
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



Der  
kunnskapen  
gror



Vi har et stort utvalg av grønne inneplanter!

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



### 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)



Ditt valg - Vårt ansvar

22 14 20 00  
[www.stormelettro.no](http://www.stormelettro.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)

## Berg Lions Club



### GI OSS BØKENE DINI

Vi tar imot bøker (ikke leksikon) o  
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.rensri.no](http://www.rensri.no)

### Svar på Ris quiz

1. Ragnhild Narvestad Hungnes
2. 202 konfirmanter
3. ca. 20 %
4. Første søndag i advent er første dag i kirkeåret.
5. St. Nikolas levde fra ca. 280 til ca 350 e.Kr. Pga sin gavmildhet regnes han som den som har gitt inspirasjon til julenissen
6. Fastsatt på kirke-møtet i Nikea i år 325 e.Kr.
7. Roll og Ihlens skole lå i Holmenveien 9B
8. 30 år
9. Oppkalt etter banksjef Evald Rygh, tidligere borgermester (1880) og ordfører (1893-1894)
10. 25. januar 1916



**JØLSTAD**  
begravelsesbyrå

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

**22 79 77 00** (24t)  
Jolstad.no



**SAGA**<sup>®</sup>  
BEGRAVELSESBYRÅ

Vi ordner alt det praktiske og er tilgjengelig hele døgnet. Hos oss er du i trygge hender.  
Tlf : 4000 2460  
www.sagabegravelse.no

**GRAVSTEIN24**<sup>®</sup>  
- vi vet hvor mye det betyr for deg

Spar opptil 50% ved kjøp av gravstein hos oss.

Vi utfører alt av vedlikehold på eksisterende gravminner.

Kontakt oss, vi er her for å hjelpe deg.

Kontakt: Tlf: 4000 2448  
E-post: post@gravstein24.no  
www.gravstein24.no



**NABOLAGET**  **I GLEDE OG SORG** Gjelder for perioden 17.08. - 21.11.2022

**Døpte**

**Ris kirke**

Marius Viker-Haug  
William Halvarsson-Fedje  
Herman Johan Lønnum  
Casper Nordberg Bromnes  
Svend Butenschøn Boye  
Amanda Hjelseth Karlsson  
Filippa Maria Sundby Haugan  
Magnus Normann  
Haukeland  
Amanda Elise Justad Kalvø  
Hedvig Helsing  
Haakon Haslestad  
Jonas Røer Hompland  
Solveig Sundelin-Sagdahl

William Aksel Coert Falck  
Sunniva Tomter  
Annie Hurum Blystad  
Eira Katirae Moen  
Hennie Tønnessen  
Schwabe  
Amelia Jæger-Thoresen  
Casper Rieker-Bugge  
Andrea Nourkami  
Storelvmo  
Max Natvig Gulbrandsen  
Ingrid Gaski Mostad  
Thor Kristjan Esbjørn  
Karlsson  
Aurora Kollerud Koland  
Johan Fosmark Skaar  
Fie Kahrs-Karlsen  
Pia Rummelhoff Fritsch  
Sophia Mariani Røynesdal  
Håvard Langseth Sageng  
Vilde Scheel Heitmann  
Bobby Skaug-Hald  
Felix Moltke-Remlov  
Tomm Herman Kaatorp  
Nielsen  
Aksel Romnes Skoglund  
Aiva Lyche Akselsen  
Alexander Orgland Bingen  
Sofie Mansika-Aanstad  
Amanda Skageng Viuls  
Thea Stibolt  
Olav Haga Bendiksen  
Embla Emilie Magnus-Andresen  
Fridtjof Barsett Gedde-Dahl  
Vår Greta Nielsen-Lund  
Cornelia Berg Wilsgaard  
Mikkel Mausehund  
Oppedal

Susanne Råheim Borge og  
Håkon Sørgaard Haugsbø

**Holmenkollen kapell**

Lisa Vigger Eian og Are Aurlien  
Lisbeth Marie Uvaag og Jonathan Martin Studsrød  
Amanda Bergh Schjelderup og Jan Petter Schjelderup Lillehagen  
Andrea Boutero og Håvard Toft  
Camilla Elisabeth Wingerei og Kim Andre Uggedal  
Ingjerd Leiro og Knut Jacob Krogsrud  
Karoline Ramnæs og William Plattner  
Karianne Nygaard og Petter Cornelius Overaae Eiken  
Mathilde Hveding Langmo og Even Braaten  
Thea Marie Ølstad og Eirik Skaare Johnsen  
Oda Henriette Benjamin Reite og Gerhard Steinnes  
Caroline Brenn og Magnus Sjur Roald  
Cecilie Gleditsch og André Jonassen  
Jenny Maria Gustafsson og Finn Christian Langaard Kjellevik  
Karina Fossum Hegge og Thomas Arnemo  
Hilde Hørthe Kamperud og Hans Kristian Henriksen  
Josefine Evelyn Carling og Toby Andrew Philip Goar  
Martine Stang Jonsson og Olav Groven  
Kari Syverud og Øystein Stake Laengen  
Sigrun Andresen og Stein Kvaal Hageberg

**Gravferder**

Inger Bull-Njaa  
Gunnar Haugen  
Einid Løvaas  
Elin Naalsund  
Bjørge Othilie Rostad  
Lawrence Williams  
Gustav Thrane-Steen  
Gerd Anne Sommerschild  
Anna-Lisa Grønbech  
Elisabeth Farnes  
Lis Ottesen  
Paul Anders Ramm  
Trygve Lundar  
Arve Bekkevold  
Fumiku Ito  
Ove Dag Alsaker  
Else Camilla Samson  
Kari Christin Stokstad  
Aase Torp  
Jan-Erling Skippervold  
Ivar Johannes Tangen  
Per Wilhelm Gunro  
Karen Margrethe Sødring  
Leiv Lunde  
Thomas Richard Seeberg  
Carl Fredrik Bunæs  
Kolbein Inge Sydnes  
Kirsten Amanda Gundersen  
Nicholas John Cherrie  
Inger Berg  
Vera Rolland  
Ole Engeskaug  
Ellen Aakre  
Grete Arna Thu  
Fanny Camilla Samson  
Per Samson  
Dag Kaas



**Med glede i hverdagen**

**Hvem er vi?**  
Catherine Bjerke er initiativtakeren bak **Med glede i hverdagen**. Hun har i mange år jobbet med eldre gjennom **Ris Kontakt** og pleiet sine foreldre over lengre tid. Catherine brenner for å hjelpe eldre å få en lettere og triveligere hverdag og å kunne avlaste familie når det trengs.



**Hva tilbyr vi?**

- En å snakke med
- Høytlesning
- Turgåing
- Kino-/teater-/kafébesøk
- Handle
- Følge til lege, apotek, frisør e.l.
- Matlagning

**Med glede i hverdagen** er et seriøst selskap som tar Eldres behov på alvor, med et genuint ønske om å gjøre hverdagen lettere, hyggeligere og bedre for deg. Ta kontakt for en uformell samtale!

Kontakt - Catherine Bjerke  
- mobil: 45505665  
- email: catherinebjerke@gmail.com




**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 koldt- og varmtkjøkken har vi eget pøsemakeri hvor vi produserer blant annet pålegg, polser, 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  
Tlf. 23 30 25 00

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

**Holmenkollen kapell**

Hedda Marie Gidlöf  
Solheim  
Sienna Østby Stokkeland  
Hans Kjær Horn  
Lotte Seim Tellefsen  
Theodor Bech Abusdal  
Stella Garnæs Efstad  
Lars Lauritz Gautneb  
Hennie Heggset Woxmyhr  
Julie Josephine Falck  
Furuholmen  
Carl Christian Falch-  
Mathisen  
Kristian Storihle Worren  
Carl Frederik Even Toney  
Mørk  
Henry Julius Falch  
Filip Storakaas  
Aksel Von Munthe av  
Morgenstjerne  
Valentin Alexander Plaza  
Andersen  
Cornelia Mylén  
Cornelia Skogseth  
Qvigstad  
Johannes Lockert-Ranfelt  
Hedvig Ek  
Olivia Nilsen Haaland

Hedda Marie Gidlöf  
Solheim  
Sienna Østby Stokkeland  
Hans Kjær Horn  
Lotte Seim Tellefsen  
Theodor Bech Abusdal  
Stella Garnæs Efstad  
Lars Lauritz Gautneb  
Hennie Heggset Woxmyhr  
Julie Josephine Falck  
Furuholmen  
Carl Christian Falch-  
Mathisen  
Kristian Storihle Worren  
Carl Frederik Even Toney  
Mørk  
Henry Julius Falch  
Filip Storakaas  
Aksel Von Munthe av  
Morgenstjerne  
Valentin Alexander Plaza  
Andersen  
Cornelia Mylén  
Cornelia Skogseth  
Qvigstad  
Johannes Lockert-Ranfelt  
Hedvig Ek  
Olivia Nilsen Haaland

**Viede**

**Ris kirke**

Cecilie Røtvold Bøe og Erik Riis Dogger  
Maria Lindal og Patrick Skeide Undli

# UTLEIE AV LYDANLEGG OG LYSUTSTYR

WWW.LLU.NO

Vi leier ut lydanlegg, lyseffekter og formidler diskjockeyer.

Ring **23 22 10 00**  
eller bestill enkelt på vår hjemmeside



Anne May Aakvik Agerup er ny kateket i Ris.  
Foto: Bjørn Tønnesen

## Velkommen, Anne May!

Anne May er Ris menighets nye kateket. Hun kommer fra Tønsberg, men bor nå på Bekkelaget i Oslo.

Som kateket er hun leder for alt barne- og ungdomsarbeid som drives i menigheten og er faglig leder for alle trosopplæringsansatte. Det er nå påmeldt 267 konfirmanter for 2023 og det vil være en stor del av det Anne May jobber med.

Hun er vigslet og utdannet diakon, men har i tillegg en bachelorgrad fra menighetsfakultetet i menighetspedagogikk og kan derfor arbeide som kateket.

Hennes visjoner for barne- og ungdomsarbeidet er at alle som kommer til kirken skal oppleve seg sett, ønsket og verdifull. I tillegg til at Ris kirke skal være et trygt sted å lære om og utforske tro og tvil.

**Anne May har jobbet som kateket i Ris siden 5. oktober**



## NABOLAGS ADVOKATEN

**ADVOKAT MORTEN PERSEN**

*Partner/Advokat MNA*

*Advokatfirma Morten Persen AS*

*Telefon: +47 908 33 624*

*Besøksadresse:*

*2. Etasje Røa Senter,*

*Vækerøveien 205, 0751 Oslo*

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



**Sokneprest**  
Paul Erik Wirgenes  
489 91 285  
pw857@kirken.no



**Kapellan**  
Line Lindholm  
930 80 890  
ll992@kirken.no



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



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



**Kateket**  
Anne May Aakvik Agerup  
453 97 488  
aa269@kirken.no



**Trosopplærer**  
Silje Frantzen  
sf248@kirken.no



**Diakon**  
Ragnhild Narvestad Hungnes  
484 03 498  
rh988@kirken.no



**Kantor Ris**  
Terje Baugerød  
951 10 962  
tb529@kirken.no



**Organist Holmenkollen**  
Petter Amundsen  
928 89 790  
pa798@kirken.no



**Vaktmester**  
Zsolt Molnar  
930 79 411  
zm587@kirken.no



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

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

# FASTE AKTIVITETER

## BABYSANG

mandager kl. 11: Foreldre og babyer: Lek, sang og spise sammen

## RIS KFUK-KFUM-SPEIDERE

tirsdager kl 18: Utendørsaktiviteter i aldersinndelte grupper.

Epost: bjerke.unni@gmail.com

## 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

## TIRSDAGSSAMLINGENE

tirsdager kl. 19:

Temaer og samtale: Åpent for alle og gratis entré.

Siden 2010 har vi hatt ukentlige møter med vekselvis samtale om søndagens tekst, bibeltimer, misjonsmøter og andre foredrag. Vi opplever nå at det er tid for forandring og fornyelse.

I første omgang endrer vi møtefrekvensen våren 2023 til annenhver tirsdag, i alt ni tirsdager. Tre av tirsdagene fordeler vi på salmekveld, bibeltimer og misjonsmøte. De andre tirsdagene samtaler vi om kommende søndags tekster. Dato for misjonsmøte er fastsatt. Endelig program blir utarbeidet.

Noen av komiteens medlemmer slutter til sommeren. Vi trenger nye ideer og oppfordrer DEG til å ta kontakt med programkomiteen!

Datoer 2023:

10.01 – 24.01 – 07.02 – 21.02  
– 07.03 – 21.03 (Misjonsmøte) –  
18.04 – 09.05 – 23.05



## Holmenkollen kapells venneforening

arrangerer medlemsmøter 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

# Biler og parkering på julaften

Veldig mange ønsker å gå i kirken på julaften. Det har dessverre skjedd at ikke alle har fått plass og har måttet snu i kirkedøren. For å øke kapasiteten blir det derfor som tidligere - fire gudstjenester i Ris kirke og fire gudstjenester i Holmenkollen kapell, kl. 13, 14, 15 og 16. Gå så tidlig som mulig, særlig i Ris kirke! Vi kan dessverre oppleve at kirken blir full og dørene må lukkes.

## Ris kirke

Det vil i begrenset grad bli tillatt å parkere innenfor kirkens porter. Biler som frakter bevegelseshemmede, kjører gjennom fra porten nærmest Ris t-banestasjon. Alle oppfordres til å samarbeide, ved å finne parkeringssteder i god avstand fra kirkens område. Paul Arne Skajem hjelper oss ved å til-late bruk av gartneriets parkeringsplass denne dagen. Det blir inngang til Ris kirke kun gjennom kirkens hoveddør (under tak). Utganger blir de to dørene foran i kirken - samt mot Ekelyveien (motsatt hovedinngangen).

## Holmenkollen kapell

Parkering til høyre for Holmenkollveien (Midtstusiden) og på platåene til høyre for oppkjørselen til kapellet. Biler som frakter bevegelseshemmede opp til kirken, kjører ned igjen til ordinær parkeringsplass.

## Gode hjelpere

Vi trenger gode hjelpere inne og ute på julaften. De som kan tenke seg å bistå, bes vennligst melde seg til daglig leder Yngvar Husebye på tlf.: 408 14 258 / 950 83 000

# VELKOMMEN TIL GUDSTJENESTE

## Ris kirke

04.12.2022 kl. 11:00  
Familiegudstjeneste Lys Våken

11.12.2022 kl. 11:00  
Høymesse

13.12.2022 kl. 18:00  
Lysmesse

18.12.2022 kl. 11:00  
Lessons and Carols

24.12.2022  
kl. 13:00, kl. 14:00,  
kl. 15:00, kl. 16:00  
Julaftengudstjeneste

25.12.2022 kl. 12:00  
Høytidsgudstjeneste

08.01.2023 kl. 11:00  
Høymesse

15.01.2023 kl. 11:00  
Høymesse

22.01.2023 kl. 11:00  
Pilegrimsmesse

29.01.2023 kl. 11:00  
Gudstjeneste med  
konfirmantene

05.02.2023 kl. 11:00  
Høymesse

12.02.2023 kl. 11:00  
Familiegudstjeneste: Tårnagent

19.02.2023 kl. 11:00  
Høymesse

22.02.2023 kl. 18:00  
Askeonsdagsgudstjeneste

26.02.2023 kl. 11:00  
Høymesse

05.03.2023 kl. 11:00  
Høymesse

12.03.2023 kl. 11:00  
Pilegrimsmesse

19.03.2023 kl. 11:00  
Familiegudstjeneste: Myldre

## Holmenkollen kapell

04.12.2022 kl. 11:00  
Kollenmesse

11.12.2022 kl. 11:00  
Dåpsgudstjeneste

18.12.2022 kl. 11:00  
Kollenmesse

24.12.2022  
kl. 13:00, kl. 14:00,  
kl. 15:00, kl. 16:00  
Julaftengudstjeneste

25.12.2022 kl. 12:00  
Juledagsgudstjeneste

26.12.2022 kl. 11:00  
2. juledagsgudstjeneste

31.12.2022 kl. 23:15  
Midnattsmesse

08.01.2023 kl. 11:00  
Dåpsgudstjeneste

15.01.2023 kl. 11:00  
Kollenmesse

22.01.2023 kl. 11:00  
Dåpsgudstjeneste

29.01.2023 kl. 11:00  
Kollenmesse

05.02.2023 kl. 11:00  
Dåpsgudstjeneste

12.02.2023 kl. 11:00  
Kollenmesse

19.02.2023 kl. 11:00  
Dåpsgudstjeneste

26.02.2023 kl. 11:00  
Kollenmesse

05.03.2023 kl. 11:00  
Dåpsgudstjeneste

12.03.2023 kl. 11:00  
Sportsgudstjeneste

19.03.2023 kl. 11:00  
Sportsgudstjeneste



# Lions Slemdal GLEDE I NABOLAGET



**Enten du har vokst opp i nærmiljøet eller flyttet hit i senere år, så har du nok møtt Lions Slemdal i flere sammenhenger. Våre aktiviteter har som mål å spre glede til strøkets beboere.**

Det er Lions Slemdal som i over 50 år har arrangert sankthansaften på Holmen-dammen. Med tombola, lykkehjul og hesteridning, og en is i sommersolen rundt bålet som gir ekstra lys til sommernatten.

Og så bytter vi årstid til skirenn for barn som nå arrangeres på det snøsikre Holmen-jordet ved Bogstad Camping. Her møtes mange av de samme barna, men nå med ski på beina. Det heies og det jubles som i et ordentlig Holmenkollrenn. Og etterpå er

det varm toddy og premier til alle løperne. Dette er ekte skiglede hvor alle er vinnere!

Lions Slemdal er også mye mer: Våraksjonen der vi leverer hageprodukter på døren, vedkjøring til gamle slitere i byen vår, og hestehold på Ullevål sykehus/Gaustad til glede for deres unge pasienter, er blant mange gode aktiviteter og opplevelser i nærmiljøet.

**Vi gleder oss til å møte deg til nye hyggelige stunder i vårt nabolag!**

**Lions Slemdal  
Etablert 1961**

**Ønsker du å vite mer om  
Lions Slemdal  
så finner du oss på  
[www.lions-slemdal.no](http://www.lions-slemdal.no)  
eller kontakt klubbens leder,  
Torger Mogan Bjørnstad:  
[torger@huset.no](mailto:torger@huset.no)  
mobil 911 82 841**



**Møt oss på årets  
julekonsert i Ris kirke!  
Sølvgutten synger julen inn  
tirsdag 6. desember kl. 18.00.  
Dørene åpnes kl. 17.30.  
Billetter kan kjøpes på**

**ticketmaster**