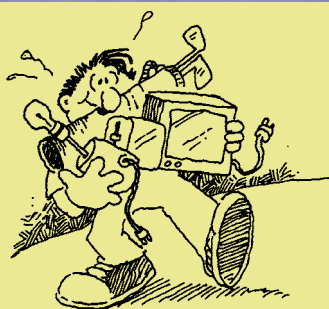


TONSEN BLADET



Lokalblad for Linderud, Lunden, Brobekk, Vollebekk, Risløkka, Økern, Refstad, Disen, Lofthus, Årvoll og Tonsenhagen
Nr 1 Januar 2016 69. årgang



Viktig melding:

Årets loppemarked

fredag 29. april kl. 17.00–20.00

lørdag 30. april kl. 10.00–14.30

Noter dette allerede nå i almanakken!

Karnevalsgudstjeneste

7. februar kl. 11.00

Tonsen menighet på internett: www.tonsenkirke.no

Interiørbetraktninger

I disse dager males kirkerommet i Tonsen kirke. Et rom preget av 55 års bruk skal igjen fremstå nytt og friskt. Rommet skal få tilbake sin opprinnelige farge, og veggene skal ikke lenger bære preg av forfall og slitasje.

Dette er stort. Og det er veldig etterlengt. Vi er mange som lenge har gått og sett på veggene med skruehull etter noe som var, og skjolder som antyder hvor luftstrømmene har beveget seg. Den grå fargen på veggene er bare grå. Den er ikke lenger den tilsiktede friske gråtone som de som bygget kirken i 1961, så for seg.

For fem år siden fikk kirken nye stoler. De gamle var utslitt. Og i 2013 fikk kirken nye salmebøker. De gamle var slitt i fillebiter etter å ha vært brukt til salmesang søndag etter søndag og hverdag etter hverdag gjennom tretti år.

Nå skjer det så mye fint! Og det skjer fordi mange mennesker i vårt nærmiljø tar ansvar for kirken sin. Jeg har ikke tall på hvor mange som har bidratt med penger til et malingspann eller en kirkestol eller en salmebok. Og resultatet er til glede for alle.

Den kirken som for 55 år siden ble til gjennom stort lokalt engasjement, har nå fått en oppgradering gjennom innsats fra noen av de samme menneskene, og gjennom bidrag fra deres barn og barnebarn som har overtatt boligene i området – og kanskje aller mest fra mennesker som er flyttet hit etter at kirken ble bygget.

Bidragene til kirkens interiør gjør at den kan fortsette å være et godt sted å komme for mennesker i glede og sorg, søndag og hverdag, fest og

arbeid, når noe skal feires, og når ulykken rammer.

Kirken er et sted å samles for barn og unge, voksne og gamle til aktiviteter uka gjennom – med søndagens gudstjeneste som felles møtepunkt for alle.

Gleden over interiøret som fremstår som nytt og friskt, får meg til å tenke på kirkens «interiør» i flere forstand: Uansett i hvilken forfatning kirken måtte være estetisk sett, så bringer menneskene som fyller kirken hver eneste uke, liv og bevegelse. Når kirken preges av menneskene som kommer, blir det nye til. Hvert menneske bidrar på sin måte til fellesskapet. Midt i gleden over oss alle kan det likevel være lurt å være våken: Er det slitasjepunkter som trenger en innsats?

Jeg tenker også på vårt personlige «interiør» – og undres om vi er oppmerksomme på slitasjetegn i vårt eget indre. Trengs det fornyelse i vårt forhold til Gud eller andre mennesker eller oss selv? Er det gamle spor som har satt skjemmende merker? Har kropp og sjel en god balanse mellom hvile og innsats, mellom stille refleksjon og sosialt engasjement? Hva er min bønn til Gud i dag?



Mari Wirgenes, sokneprest

Tonsen menighet

Ekspedisjonstid: Tirsdag–fredag kl. 10–14
Besøksadresse: Traverveien 16
Postadresse: Postboks 28 Årvoll, 0515 Oslo
Telefon: 23 62 93 30
E-post: post.tonsen@oslo.kirken.no
Internettside: www.tonsenkirke.no
Bankgiro: 1503.08.60427
Sentralbord for kirken i Oslo: 23 62 90 00

Stab:

Sokneprest Mari Wirgenes
E-post: mw378@kirken.no
Tlf. kontor: 23 62 93 35, privat: 481 56 050
Kapellan Øystein Solberg Mathisen
E-post: om324@kirken.no
Tlf. kontor: 23 62 93 34, privat: 901 05 171
Kapellan og prosjektarbeider
Øyvind Ådnøy Remmen
E-post: or986@kirken.no
Tlf. kontor: 23 62 93 36, privat: 916 13 409
Diakon Ieva Folmo
E-post: if962@kirken.no
Tlf. kontor: 23 62 93 38, privat: 481 53 164
Kateket Helga Marie Abrahamsen (f.o.m 01.02.2016)
E-post: helga.marie.abrahamsen@oslo.kirken.no
Tlf. kontor: 23 62 93 37
Menighetsforvalter Gry Gotaas Fredum
E-post: gf887@kirken.no
Tlf. kontor: 23 62 93 32, privat: 22 23 72 70
Kantor (70 % stilling) Anders Fjeld Meyer
E-post: am648@kirken.no
Tlf. 994 64 657
Menighetssekretær (70 % stilling)
Gunhild Ettestøl
E-post: ge655@kirken.no
Tlf. kontor: 23 62 93 33, privat: 22 64 50 77
Trosopplæringsmedarbeider (50 % stilling)
Jonas Kilmork Vemøy
E-post: jv479@kirken.no
Tlf. kontor: 23 62 93 37
Trosopplæringsmedarbeider (50 % stilling)
Marthe Haaland Wang
E-post: mw769@kirken.no
Tlf. kontor: 23 62 93 40
Barnekoordinator (10 % stilling)
Tone Siv Keiserås Kronberg
E-post: tonsensuperonsdag@gmail.com

Annet:

Menighetsrådet: Anne Kristine Norum, leder
Tlf. 924 20 209
E-post: annekristine@gmail.no
Givertjenesten: Bankgiro: 1503.08.60443
Økernbråten barnehage:
Martin Borrebekensv. 23, 0584 Oslo
Tlf. 22 64 29 10
E-post: okernbraaten.bhg@hotmail.com

Kirkens omsorgsarbeid

En samtale med diakon i Tonsen, Ieva Folmo



Tekst: Jon Magne Vestøl

Nestekjærlighet. Inkluderende fellesskap. Vern om skaperverket. Kamp for rettferdighet.

Dette er nøkkelord som betegner en viktig del av det arbeidet som drives av Den norske kirke. Dette arbeidet kalles diakoni – et gresk ord som betyr tjeneste. I Tonsen menighet er det diakon Ieva Folmo som leder dette arbeidet.

Diakoni er kirkens omsorgsarbeid og evangeliet i handling, sier hun. – For kirken skal forkynde evangeliet

med både ord og handling. Noen kaller diakonien for kirkens kroppsspråk. Diakoni handler om konkret nestekjærlighet, det å være til stede for mennesker. Det handler om å være til stede for å lytte og samtale, kanskje følge mennesker over tid, for eksempel i en sorgprosess. Men det handler også om å skape møtesteder i og utenfor kirken og å oppmuntre og legge til rette for at mennesker kan bli sett og ta vare på hverandre.

Fra Latvia til Norge

Ieva er fagutdannet diakon med eksamen fra sitt fødeland Latvia. Hun kom til Norge på grunn av sin norske mann som hun traff i studieti->>

«Det er givende med all den hyggelige responsen fra deltagerne!»



Frivillige medarbeidere på onsdagstreff: f.v. Ingeborg Haugen, Jorunn Holm og Åshild Thoresen. De er med i kjøkkengruppa og sørger for bevertning til onsdagstreffene. De er opptatt av at maten skal være god og sunn, og fin å se på! Når det er tid for mat, går damene rundt og skjenker kaffe og te ved bordene, og de hjelper også til ved utlodningen.

Før treffet begynner, står noen av dem alltid ved inngangen for å hilse på og ta imot alle som kommer. Det er viktig å bli tatt imot med en hyggelig hilsen, både for kjente og for nye gjester!

Ingeborg, Jorunn og Åshild forteller at de trives godt med dette arbeidet. De liker godt å jobbe sammen, og det er givende med all den hyggelige responsen fra deltagerne.

Det er plass for flere frivillige i kjøkkengruppa. Tenker du at det ville vært noe for deg - ta gjerne kontakt med diakon Ieva Folmo.

den. Etter endt videreutdanning ved Lovisenberg i Oslo i 1999 fikk Ieva et vikariat i Tonsen menighet, og siden har hun vært ansatt her. Som innflytter til Norge har Ieva gjennomgått den utfordrende og spennende prosessen det er å lære seg et nytt språk og sette seg inn i en ny kultur og nye samfunnsstrukturer. Hun sier hun har opplevd seg svært godt motatt og har opplevd læringsprosessen som et privilegium, selv om det har vært krevende.

Diakoni i Tonsen

For å få et mer konkret innblikk i hva diakoni handler om på lokalplanet, ber vi Ieva fortelle om de ulike aktivitetene i menigheten. Tonsen har i likhet med mange andre menigheter en diakoniplan hvor de fire nøkkelordene som ble gjengitt ovenfor, utgjør hovedområdene. Grunnleggende sett handler det, som allerede nevnt, om å være til stede for andre og bevisstgjøre andre på dette. Selv om Ieva er den eneste ansatte diakonen i Tonsen er hun derfor ikke alene om arbeidet, men samarbeider med en rekke frivillige medarbeidere.

Ieva nevner en rekke aktiviteter som hører inn under det diakonale området i Tonsen. I tillegg til samtaler med enkeltmennesker dreier det seg om sorggruppe, livssynsgruppe,

sykehjemsbesøk, besøkstjeneste, onsdagstreff, kulturkveld, diakonale gudstjenester og arbeid i utvalg som diakoniutvalget og utvalg for internasjonal kontakt.

Sorggruppe og besøkstjeneste

Sorggruppen drives i samarbeid med Grorud menighet, og et vesentlig sikte er at medlemmene i gruppen kan være til hjelp og støtte for hverandre ved å dele erfaringer. Livssynsgruppen er et tiltak initiert av bydelen for brukere av aktivitetshuset Rasmus på Årvoll gård hvor diakonen sammen med presten leder månedlige samtaler om livet og livets utfordringer på tvers av religions- og livssynstilhørighet.

Institusjonsbesøk omfatter Bjerke omsorgsboliger i Brobekkveien og Økernhjemmet hvor diakonen deltar med andakt og samtaler for de som ønsker dette. Besøkstjenesten er for mennesker med omsorgsbehov som bor hjemme og trenger sosial kontakt eller hjelp til å komme til lege og butikk. Det er flere frivillige som deltar i denne tjenesten, men diakonen går også på enkeltbesøk selv, særlig der det er kirkemedlemmer som har vansker med å komme seg til gudstjeneste, og som derfor har behov for å motta nattverdets sakrament hjemme.

«...Det handler om å være glad i mennesker, ha blikk for at alle finner plass for seg og de ressursene de måtte ha.»

Hygge, kultur og gudstjenester

Onsdagstreff i kirken finner sted annenhver uke og er hyggetreff med inkluderende fellesskap. Om lag 30 pensjonister møter fram, og frivillige ordner med mat og transport. Hver gang er det program med underholdning og foredrag om ulike temaer, samt sang og musikk, mens en andakt synliggjør kirkens budskap. Programmet er imidlertid ikke det viktigste, understreker Ieva, men at enkeltmennesker skal oppleve seg sett og ivaretatt.

Hver høst arrangeres «Musikk og Mat», en kulturkveld som opprinnelig var et samarbeid med bydel Bjerke, og som retter seg særlig mot mennesker med bistandsbehov. Tonsen TenSing bidrar med sang på dette arrangementet. I løpet av året er det også flere gudstjenester med en diakonal profil: Storfamiliegudstjeneste med særlig fokus på mennesker med bistandsbehov, og gudstjenester på Skaperverkets dag, på Diakonens dag og på Allehelgensdag. Allehel-

gensdag har et spesielt preg fordi mange da minnes kjære som har gått bort, og det er derfor viktig å skape en gudstjeneste med rom for menneskers sorg og savn, samtidig som det åpnes for håpsdimensjonen.

Utvalgsarbeid og bydelskontakt

Det er diakoniutvalget som sammen med Ieva organiserer og planlegger den diakonale virksomhet i Tonsen. Diakonen deltar også i utvalg for internasjonal kontakt som arbeider for Tonsen menighets misjonsprosjekt i Liberia og vennskapsmenighet i Latvia. Utvalget deltok, også i en markering av FN-jubileet på Årvoll gård høsten 2015 hvor både lokale politikere og barnekor deltok og hvor en internasjonal matdugnad sørget for en rikholdig bevertning.

På bydelsplan samarbeider diakonen også med bydelens hjemmetjeneste, for eksempel når den årlige turen «Gi og få en dag» arrangeres i samarbeid med Lions Club Årvoll. Ieva understreker at det er en utfordring å nå de som trenger det mest, de som ikke er så sterke at de kan oppsøke og benytte seg av frivillige tilbud på egen hånd.

Å være diakon

Vi spør om hva slags egenskaper man trenger for å bli en god diakon. Ieva sier at det grunnleggende sett handler om et ønske om og en evne til å være nær mennesker i ulike livssituasjoner. Man må være åpen for mennesker i ulike livssituasjoner og være villig til å møte spørsmål som ikke nødvendigvis har svar. Det handler om å være glad i mennesker, ha blikk for at alle finner plass for seg og de ressursene de måtte ha. Man må være åpen for innspill og bidra til å realisere nye initiativ.

Diakoniplanen for Tonsen kirke har som visjon at Guds kjærlighet til alle mennesker og alt det skapte skal bli virkeliggjort gjennom menighetens liv og den tjenesten de ansatte og frivillige utfører. I så måte kan det være grunn for noen hver til å la seg inspirere og engasjere av diakon Ieva og hennes arbeid, til mer nærvær og omsorg for mennesker i eget nærmiljø.

Paulus skrev brev til menigheten i Korint omskrevet til Tonsen

Om jeg har tusen venner på Facebook, men ikke har kjærlighet, da er jeg bare meg selv nok.
Om jeg har PhD, er oppdatert på mindfulness og kjenner til siste nytt, om jeg har all tro og er på gudstjenesten hver uke, men ikke har kjærlighet, da er jeg intet.

Om jeg gir alt jeg eier til flyktningene og tiggerne på gatehjørnet, ja, om jeg sliter meg helt ut for å redde verden, men ikke har kjærlighet, da har jeg ingen ting vunnet.

Kjærligheten har det ikke travelt, kjærligheten ser etter det gode i alle, den misunner ikke, er ikke selvopptatt, og søker ikke likes. Kjærligheten mobber aldri noen, men liker dem som ikke har noen likes, Kjærligheten er ikke hissig og bærer ikke nag på grunn av tankeløse spydigheter. Den gleder seg ikke over falske smil og glatte fasader, men har sin glede i det som er sant og ekte.

Kjærligheten utholder alt, tror alt, håper alt, tåler alt. Kjærligheten tar aldri slutt. Hemmelighetene skal bli borte, talegavene skal ta slutt, og dagens overskrifter blir fort utdatert.

For vi forstår bare halvveis det vi ser, og profeterer litt på måfå. Men når det fullkomne kommer, skal det som er halvveis ta slutt.

Da jeg var barn, talte jeg som et barn, tenkte jeg som et barn, forsto jeg som et barn. Men da jeg ble voksen, la jeg av det barnslige.

Nå ser vi i en skjerm, i en tåke, da skal vi se ansikt til ansikt. Nå forstår jeg bare delvis, da skal jeg erkjenne fullt og helt, slik Gud kjenner meg fullt og helt.

Så blir de stående, disse tre: tro, håp og kjærlighet.

Men størst blant dem er kjærligheten.



Øystein Mathisen



FN-dagen 2015 ble markert på Årvoll Gård



En entusiastisk stab i de nye kafelokalene i Bjerkedalen. F.v: Yvonne N' diaye avdelingsleder og opplæringsansvarlig på kjøkkenet, Beathe Båtstad opplæringsansvarlig i serveringen, og Line Stenseth som deltar i et arbeidsmarkedstiltak.

Nye Bjerkedalen Park inneholder mange nydelige natur-perler. Groruddalsatsingen gjorde det mulig å få midler til denne klassiske parken anlagt rundt løpet til Hovinbekken. Midt i parken, kanskje noe skjult for folk flest, finnes det en liten gastronomisk perle, det trivelige spisestedet «Paviljongen».

En skjult perle i bydelen

Tekst og foto: Helge Kjølberg

Etterlengtet spisested

I juni 2015 åpnet Paviljongen sine dører for servering, og ryktet spredde seg raskt om dette trivelige spisestedet midt i vår bydel. Det er ikke mange spisesteder her i bydelen så Paviljongen er alt blitt et kjærkom-

Paviljongen er ikke prangende og heller ikke så lett synlig. Den ligger nærmest litt bortgjemt «under bakkenivå» midt i Bjerkedalen park.

ment tilbud. Når det i tillegg ligger plassert i så nydelige omgivelser midt i Bjerkedalen Park, er det all grunn til å tro at dette vil bli en suksess.

Munn til munn-metoden

Tross beskjeden annonsering er det allerede blitt et samlingssted for glade pensjonister og et trilletreffsted for hjemmeværende småbarnsmødre.

Ryktet sprer seg fort fra munn til munn, og i tillegg finnes de selvfølgelig også på nettet og Facebook. Noe ytterligere annonsering har foreløpig ikke vært nødvendig. Paviljongens daglige leder og kokk Yvonne N' diaye har vært med fra starten. Hun er dessuten opplæringsansvarlig på kjøkkenet og forteller at det stadig kommer folk innom på formiddagen for å få seg en prat og ta seg en kaffekopp.

Kortreist mat

Paviljongen samarbeider også med lokale matleverandører, bl.a har Brobekk skolehage levert grønnsaker, frukt og urter. I september hadde de «ByDyrk-uke», et samarbeid mellom Brobekk skolehage, Linderud gård, Paviljongen og Bydel Bjerke. Paviljongen har som mål å servere sunn og kortreist mat, noe kundene setter stor pris på.

Arbeidstrening

Paviljongen drives av Itas, et firma som arbeider med opplæring og kvalifisering av personer som

Oslo bys arkitekturpris

Bjerkedalen park vant Oslo bys arkitekturpris for 2015. Prisen kan ikke søkes, men alle kan foreslå prisvinnere. Forretningsutvalget i Oslo kommune tildeler prisen etter forslag fra bystyrets byutviklingskomité, og den deles ut av ordføreren.

Juryens begrunnelse var følgende:

«Bjerkedalen park har en ekstraordinær landskapsarkitektonisk kvalitet og er utformet i harmonisk samspill med omgivelsene. Parken viser på en forbilledlig måte hagekunst og opplevelseskvaliteter i møte med dagens krav til universell utforming, bekkeåpning og rasjonell drift. De stedlige naturkvalitetene knyttet til Hovinbekken og det opprinnelige naturlandskapet er tatt i bruk på en spesielt god måte. Samspillet mellom den sentrale grusplassen og den terrasserte parkpaviljongen er særlig godt. Paviljongen rommer kafé og bydelshus, og tilfører et viktig miljøskapende samlingspunkt i bydelen».

står utenfor arbeidslivet. Beathe Båtstad, som er opplæringsansvarlig i serveringen, kan fortelle at totalt er det ansatt ca ti personer i kafeen. De har et godt samarbeid med NAV. Itas driver også liknende arbeidstreningstiltak på PS:hotell på Vulkan, en kafé på museet for samtidskunst i Kvadraturen og Afternoon Tea Lounge i Glasmagasinet på Stortorvet.

Populært lokale

Paviljongen har kapasitet til å servere 40-45 gjester inne og har hele 60 plasser ute. Båstad forteller at de allerede har blitt brukt til flere store tilstelninger, slik som barneselskap, navnedagsfest, firmafest og julebord. Og på menyen i desember står også tradisjonell julemat som jule tallerken og pinnekjøtt. ■

Vårt nye menighetsråd 2015 - 2019

Anne Kristine Norum



Leder i menighetsrådet, menighetsrådets arbeidsutvalg, prostrådet, 1. vara til Kirkelig fellestråd i Oslo

Anne Westermoen



Nestleder i menighetsrådet, menighetsrådets arbeidsutvalg, loppemarkedkomiteen 2. vara til Kirkelig fellestråd i Oslo

Mari Wirgenes



Sokneprest, menighetsrådets arbeidsutvalg

Amanda Erica Gytrup



Trosopplæringsutvalget

Torstein Winger



Diakoniutvalget, representant i Kirkelig fellestråd i Oslo

Monica Helen Drage



Trosopplæringsutvalget

Nils Ola Sande



Ingvild Nordberg Iversen



1. vara i menighetsrådet, Økernbråten barnehages samarbeidsutvalg, givertjenesten

Elisabeth Lunde Seland



2. vara i menighetsrådet, diakoniutvalget, kirkekaffekomiteen

Inger Marie Astad



3. vara i menighetsrådet, diakoniutvalget

Jon-Petter Hagen



4. vara i menighetsrådet, utvalg for internasjonal kontakt

Helge Kjølberg



5. vara i menighetsrådet, Tonsenbladets redaksjon

Mange høydepunkter

Det har vært et år med flere musikalske høydepunkter i Tonsen kirke. Foruten kammerkoret og TenSings konserter var SuperKidz og TweenSings oppsetning av den nyskrevne musikalen *Ingenting, men alt* i mars et av høydepunktene. Kirkerommet ble fylt av lyd, lys og scene, og sammen med fullt band og Helga Samset som forteller, fylte barnekorene kirkerommet med flott sang, drama og dans.

I tillegg hadde menigheten besøk av musikkstudenter fra NLA Høgskolen Staffeldtsgate som bidro med sang og musikk på flere gudstjenester i fastetiden.

Kammerkoret har også deltatt aktivt på gudstjenestene i året som har gått. Etter et år som damekor har koret igjen blitt blandakor, men vi

trenger stadig flere menn. Hvis du liker å synge, ta gjerne kontakt med dirigent Anders, tlf. 994 64 657
E-post: am648@kirken.no

Kammerkoret har følgende prosjekter i løpet av 2016:

28. mai:
Sommerkonsert i Nøtterøy kirke med Nøtterøy kammerkor
29. mai:
Sommerkonsert i Tonsen kirke
23. oktober:
Høstkonsert
18. desember:
Julekonsert

Se vår nettside
www.tonsenkammerkor.no
for mer informasjon om de kommende prosjektene.



Arbeidsgruppen for Tonsenmessa

Mellom kl 10.30 og 13.30 samles vi i lille menighetssal på følgende datoer:

20. januar, 3. februar, 17. februar, 2. mars, 16. mars, 30. mars, 13. april, 27. april, 11. mai og 25. mai

Du er hjertelig velkommen til å stikke innom, med eller uten strikkepinner og synål, tollekniv eller høvel! En kaffekopp får du uansett!



Ønsker du samtale eller forbønn

Ta kontakt dersom du ønsker samtale om livet og troen. Bak i kirkerommet står det en liten kasse for bønneemner. Ansatte og forbedere vil be for det du har skrevet. Ta kontakt på tlf. 23 62 93 30. Du finner mer informasjon på www.kirken.no/tonsen

En smak av retreat

Velkommen til «stille lørdag»
5. mars kl 10.-15 i Tonsen kirke – en annerledes formiddag med ro og ettertanke. Tema: «Underveis – livsvandring og pilgrimsvandring»
Deltakelse er gratis, men husk påmelding.

Dagen rommer hvile og stillhet, samvær med tidebønner og fordypning i bibeltekster, stille måltid med musikk og enkel gudstjeneste. Kunst, symboler og poesi.

Hvem passer en «stille dag» for?
Opplegget kan passe for dem som synes de har fulle dager, og som ønsker seg en formiddag uten krav og forpliktelser. Og det kan passe for dem som står overfor valgsituasjoner eller utfordringer som de ønsker å stoppe opp og tenke over. Og det passer for alle som ønsker å søke Gud. Det betyr ikke noe om man synes man tror lite eller mye. Uansett vil program og utdelt materiell gi mulighet for fordypning ut fra der man selv er. En stille lørdag er en sterk erfaring av fellesskap, men annerledes enn andre steder siden vi er sammen i taushet disse timene.

Påmelding
til menighetskontoret tlf. 23 62 93 30 senest 3.mars – av hensyn til beregning av lunsj og materiell til utdeling.

Ledere
Mari Wirgenes, Ieva Folmo, Liv Kristoffersen og Paul Erik Wirgenes.

Praktiske tips!
Ta med en lun innejakke, innesko og skrivesaker - og gjerne egen bibel. Det serveres lunsj.

Spørsmål?
Lurer du på noe, så ta kontakt med sokneprest Mari Wirgenes, tlf. 23 62 93 30 eller e-post: mari.wirgenes@oslo.kirken.no

Fasteaksjonen 13. mars

Vær med på årets viktigste søndagstur i Tonsen menighet. Gå med bøsse for fasteaksjonen.

Kirkens Nødhjelps fasteaksjon har som mål å samle inn penger til de som trenger det mest. Pengene som samles inn, går til Kirkens Nødhjelps arbeid over hele verden. Menighetene i hele Norge og partnere i sør jobber sammen for å bekjempe fattigdom og urettferdighet.

Et par timers innsats med bøsse på aksjonsdagen gir mange av verdens mest sårbare mennesker muligheten til å jobbe seg ut av fattigdom, og muligheten til å reise seg i krig og katastrofer – Dette kan være din innsats i vår. Vi trenger at du gir tid, penger og bruker din stemme mot urettferdighet. Takk for at du er med på Kirkens Nødhjelps fasteaksjon.

Eksempler på hva din støtte er verdt:

- **200 kroner** kan gi ett menneske varig tilgang til rent vann.
- **400 kroner** kan gi 100 trær som plantes for å bedre vilkårene for et bærekraftig jordbruk.
- **1000 kroner** kan gi hygienepakker til fem familier. I katastrofer tar epidemier mange liv. Barn er spesielt utsatt!



Fastegudstjenester

Ved fastegudstjenestene i år vil vi møte noen av den kristne kirkes personligheter opp gjennom tidene. Hver kveld vil vi kaste lys over livshistorien og trosfortellingen til en som har satt spor etter seg. Vi håper kveldene vil være tankevekkende og inspirerende for vår egen tro og eget liv i dag.

Alle kveldsgudstjenestene begynner kl 19.00

De vil ha en enkel liturgi med nattverd og en preken om den personen som er satt opp for kvelden. Vår kantor Anders Fjeld Meyer vil bidra til sang og musikk.

Program for de ulike kveldene:

10. februar (Askeonsdag): Øystein Mathisen
Augustin

17. februar: Mari Wirgenes
Katarina av Bora

24. februar: Øyvind Remmen
Antonius

2. mars: Mari Wirgenes
Cathinka Gulberg

9. mars: Øystein Mathisen
Dietrich Bonhoeffer

16. mars: Øyvind Remmen
Jan Hus

Babysang

For baby med foresatt annenhver onsdag. Du kan velge mellom to sangstunder: Kl. 11.00 eller 12.30. Det er enkel, felles lunsj kl. 11.45 for kr. 30,-. Dette er en god anledning til å bli kjent med andre småbarnsforeldre, så ta med pratelysten.

Hovedleder og leder av sangstund: Marthe Haaland Wang, tlf. 23 62 93 40, e-post: mw769@kirken.no

Datoer:

20. januar, 3. og 17. februar, 2., 16. og 30. mars og 13. april

Superonsdag

Hver annen onsdag har vi aktiviteter for barn i alderen 1–10 år i Tonsen kirke.

Kl. 17.00: Registrering og middag. Det må betales før middagen.

Kl. 17.30–18.30: Aldersinndelte aktiviteter. (Se nedenfor.)

Kontaktperson: Tone Siv Keiserås Kronberg, e-post:

tonsensuperonsdag@gmail.com

Se egne lapper i kirken med fullstendig program.

Kaos og Sang (KOS)

er et treffsted for barnefamilier i Tonsen kirke. Vi har to musikkgrupper (1–2 år og 3–5 år) og et felles familiekor. Opplegget er basert på at barna deltar sammen med foreldrene sine.

Sirkusklubben

er for barn fra 5 til 10 år. Felles lek og moro, med klovnerier, sjonglering og andre enkle aktiviteter.

Superkidz

er et kor for barn fra 1. til 4. klasse. Vi møtes i kirken **hver onsdag** kl. 17.30–18.30. Her er lek og sang i fokus. Koret synger på noen av kirkens arrangementer for barn i løpet av året.

Søndagsskole

Fra 2 til 14 år. Frammøte i kirken kl. 11. Så går vi i samlet flokk ned i underetasjen.

Datoer: 10. januar, 31. januar, 21. februar, 13. mars, 20. mars og 10. april.



Speider

7. Oslo Kanaljene
Tonsenspeiderne

Møter holdes i kirkens

underetasje hver tirsdag kl. 18–19.45.

Kontakt: Per Olav Kolberg, tlf. 938 78 727. Internettside:

7oslo.no

Tween Sing

er et tilbud for 5.–7. klasse. Liker du å synge, danse, spille skuespill eller i band? Da er Tween Sing noe for deg. Hver onsdag kl. 18.30–20.15 samles vi i Tonsen kirke. Kontakt: Marthe Haaland Wang, tlf. 23 62 93 40 e-post: mw769@kirken.no,



De umulige – Tonsen Ten sing

For ungdom fra 13 til 19 år. Øvelse hver torsdag kl. 19–21 i kirken. Her kan du drive med sang, drama, dans og band! Kontakt: Øyvind R. S. Berg, tlf. 957 85 343.

For voksne



Tonsen kammerkor

øver hver tirsdag kl. 19.30–22.00 i Tonsen kirke. Kontakt: Anders Fjeld Meyer, tlf. 994 64 657, eller e-post: am648@kirken.no



Kortado

Unge voksne-kor for deg mellom 20 og 40 år. Vi øver hver onsdag kl. 19–21. Kontakt Reidun Palmer Omang, tlf. 958 31 916



Fellesskapsmåltid og keltisk kveldsbønn

For 50,- kroner får du et enkelt middagsmåltid (suppe) i store menighets-sal følgende tirsdager kl. 17.00:

12. januar, 9. februar, 8. mars og 12. april

Det blir mulighet for prat med både ukjente og kjente. Vi avslutter med keltisk kveldsbønn i kirkerommet.



Misjonsgruppa

med fokus på arbeidet blant fulanierne i Mali møtes en ettermiddag i måneden. Møtene går på omgang i hjemmene til medlemmene. Gruppen er åpen for alle. Kontakt menighetskontoret på tlf. 23 62 93 30 eller post.tonsen@oslo.kirken.no for mer informasjon. Vel møtt!

Onsdagstreff

For godt voksne er det hyggestund med allsidig program i lille menighets-sal annenhver onsdag kl. 11.30–13.30. Utlodning, andakt, opplesning, sang, musikk og bevertning.

Kontaktperson: Ieva Folmo, tlf. 23 62 93 38, e-post: ieva.folmo@oslo.kirken.no

13. januar:

Biskop em. Øystein Larsen kåserer om salmedikteren Elias Blix.

27. januar:

Danseoppvisning ved Veitvet Seniordans.

10. februar:

Glimt fra menighetsturen til Kirkenes, Murmansk, Neiden og Sevettjärvi v/ Astri Haug.

24. februar:

«Å miste» Hvordan påvirker tap våre liv - etter dødsfall, skilsmisse, forandret helse og livssituasjon? v/ sokneprest Mari Wirgenes .

9. mars:

«Frans av Assisi – en fortelling» v/ Anne Helene Moksnes.

23. mars:

Påsketreff

Ofringer 20. september - 22. november

Fransiskushjelpen... kr 5 432,-

Signo kr 5 520,-

Barnarbeidet

i Tonsen..... kr 4 334,-

TV-aksjonen kr 13 286,-

Diakoni i Tonsen kr 7 472,-

Lunden kloster kr 9 581,-

Musikk i Tonsen..... kr 6 237,-

Kirkens SOS i Oslo kr 6 097,-

Misjonsprosjekt

i Liberia..... kr 4 810,-

Menighetens arbeid kr 5 525,-

I alt takkes det for kr 68 294,-

Tonsenbladet utgis av Tonsen menighetsråd og deles ut gratis til alle husstander i menigheten fire ganger i året. Bladet er tilgjengelig på menighetens nettsider: www.kirken.no/tonsens

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

Bankgiro: 1503.08.60427

Redaksjonen: Hans Olav Evje (22 72 08 73), Heidi Einarsen Hagen, design (911 31 024), Helge Kjølberg (988 42 117), Jon Magne Vestøl (414 50 259), Gry Gotaas Fredum (23 62 93 32).

Ansvarlig: Menighetsrådet v/leder

Annonser: Kontakt menighetskontoret. Opplag: 10 000

Utgivelsesplan

Nr.	Stoff-frist	Utgis
2	26. februar	Uke 14
3	22. juni	Uke 34
4	23. september	Uke 43

Trykk: Andvord Grafisk, Oslo

Redaksjonen hilser velkommen leserbrev og forslag til stoff. Kopiering av artikler er lovlig med kildeangivelse.

Superkonsert med Tonsen Superkidz og Tween Sing!



Vårkonserter
15.–17. april

Onsdag 18. november 2015 hadde Superkidz og Tween Sing en fantastisk og fargerik forestilling i kirken vår. Temaet for konserten var farger!

De 55 barna fremførte dans, sang, film og var selv konferansierer med full overbevisning! Det var proff lyd og lys og et supert band!

Det var fantastisk å se alle barna med sine nye kule t-skjorter formidle at vi må ta vare på fargene våre ved å tenke på jorda, at farger er viktig, at

vi ønsker å være en del av et fargerik fellesskap og at i kirken tror vi på at det er Gud som har skapt gleden og fargene omkring oss!

Vi gleder oss til å se våroppsetningen til disse to korene, som blir i løpet av helgen 15 – 17. april 2016. Følg med på kirken.no/tonsens

Vi tar imot nye medlemmer. Ta kontakt med Marthe Haaland Wang, e-post: mw769@kirken.no eller www.kirken.no/tonsens for mer informasjon!

Har du lyst til å spille i band?



Tonsen Tween Sing har i løpet av høsten 2015 blitt en gruppe på 25 medlemmer som er «in between» barn og ungdom, 5. - 7. klasse.

Vi møtes i kirken hver onsdag fra kl. 18.30 - 20.15, hvor vi først har litt lek, så en aktivitet før vi til slutt spiser kveldsmat og tenner lys sammen. Ofte er aktiviteten sang, men vi pleier også å ha andre morsomme aktiviteter som f.eks dans,spill, band, drama, maling, baking, forming og mye annet!

Vi tar imot nye medlemmer, og spesielt deg som er gutt! Vi har kjøpt inn gitarer og har fått vårt eget bandrom, og ønsker å få til et tweens band våren 2016! Spiller du et instrument, eller har du lyst til å spille i band?

Send gjerne en e-post til mw769@kirken.no så skal vi prøve å få satt det i gang fra januar! Du finner mer informasjon på www.tonsenkirke.no

Festgudstjeneste for frivilligheten

24. januar kl 11 med forteller Helga Samset

Frivillige driver mange små og store fellesskap i vår menighet. Dere er tilretteleggerne for menighetslivet.

Dere organiserer, ber, gir lopper og penger, synger, engasjerer seg og bryr seg. Og veldig mye mer. Dere er verdig en ros og en takk. Derfor

ønsker vi å samle hele menigheten for å gjøre stas på frivilligheten mellom oss. Bli med!

Vi samler menigheten for å feire alle som gjør en frivillig innsats. Vi lager en festgudstjeneste sammen med forteller Helga Samset. Etterpå spiser vi kake!

Eventyrpresten Jørgen Moe skal en gang ha skrevet: «Send meg eventyret om de syv folene, jeg trenger det for min sjel.»

Kommer du, får du også høre!



Foto: Kjersti Myrhr



En gudstjeneste med mye musikk og glede



Koret «Sing Along» deltar 14. februar

Koret «Sing Along» og «Sing Along Kidz» er et musikalsk arbeid i Grefsen kirke for mennesker med ekstra behov. Den 14. februar har vi muligheten til å oppleve dem i Tonsen kirke, for da kommer de og deltar i gudstjenesten!

Gudstjenesten er med mye musikk, bønn med lystenning, dåp og nattverd. Medvirkende denne dagen sammen med «Sing Along» er prest Øyvind Ådnøy Remmen, diakon Ieva Folmo og kantor Anders Fjeld Meyer.

Stor eller liten, ung eller ikke så ung lenger, med eller uten funksjonshemming – enhver av oss er en uerstattelig del av Guds store familie.

Velkommen alle sammen!

Vi inviterer til
KARNEVAL
I Tonsen kirke 7. februar
11.00: Familiegudstjeneste
12.00: Karnevalsfest!

Vil du gå en tur for Tonsenbladet?

Tonsenbladet søker nye frivillige bladbærere for følgende ruter:

- **Årvollveien 58**
100 blader
- **Ragna Nielsens vei 1 – 21**
(kun ulike nr.): 92 blader
- **Ragna Nielsens vei 30 – 40**
(kun like nr.): 87 blader
- **Erich Mogensøns vei 9 – 31**
96 blader
- **Lunden 24 - 88**
ca. 150 blader. Denne ruten kan deles opp, for eksempel hvis man har mulighet til å dele ut blader bare der man selv bor!

Tonsenbladet kommer ut 4 ganger i året, og bladene blir kjørt hjem til bladbærerne. Har du mulighet til å ta en av disse rutene?

Ta kontakt med kontoret i Tonsen kirke, tlf. 23 62 93 30, eller på: post.tonsen@oslo.kirken.no

ER GRAVFERDSKONSULENTER MUSIKALSKE?

Omtrent gjennomsnittlig, vil vi tro. Men vi har veldig god glede på musikktradisjoner ved gravferd. Derfor forsøker vi å unngå avspilling av opptak og slår ofte et slag for den levende musikken. At alt skjer her og nå, gir avskjeden tyngde.

HASLE: TLF 23 16 83 25
GRÜNERLØKKA: TLF 22 35 40 10
NORDSTRAND: TLF 23 16 83 30
MAJORSTUEN: TLF 23 19 61 50
STABEKK: TLF 67 12 19 89

www.wangbegravelse.no post@wbeg.no

wang
NORDEYS ELDSTE BEGRAVELSESBYRÅ

Økumenisk gudstjeneste på Lunden kloster

Mandag 18. januar kl 19.00 er vi invitert til kveldsgudstjeneste hos våre venner i Lunden kloster.

Kveldsgudstjenesten er åpen for alle og har medvirkende både fra Tonsen kirke og fra Lunden kloster / Den Katolske Kirke.

Vel møtt!



Strikkekurs for nybegynnere

fra 8 år og oppover på Årvoll Gård vinteren 2016.



Kurset er gratis med pinner og garn.

Tidspunkt: 12., 19. og 26. januar og 2., 9. og 16. februar kl. 18.00–20.00.

Påmelding snarest mulig til Bjerke Husflidslag ved Torill 924 09 240 og Wenche 470 95 319.



Klassisk akupunktur/cupping

Akupunktør NAFO
Marit von Ahnen
ICON treningsinstitutt
Årvoll
Linde Fysikalske Institutt
Mobil 909 86 629

Ønsker du å annonser i Tonsenbladet?
Kontakt menighetskontoret,
tlf. 23 62 93 30

Nye og gamle pasienter ønskes velkommen!



Timebestilling **GREFSEN TANNLEGEPRAKSIS**
22 15 30 00
Kjelsåsveien 7 - 0488 OSLO - Telefon: 22 15 30 00 - Telefaks: 22 15 29 00
E-post: post@tannlegepraksis.no - Internett: www.tannlegepraksis.no

LIVETS GANG



Døpte:

Ellie Dahl Arvesen
Viktor Øvreseth
Magnus Flaen Hansen
Nikoline Eide Jektvik
Fredrik Jacobsen Holte
Martin Jonas Aadland-Atkinson
Mille Merete Carlsmose Arvesen
Vetle Haug Herfindal
Mari Sande Klokk
Isabella Andersen Holtane
Andreas Eidem Gulla
Matheo Haugland Sirevåg
Håkon Omang Bakken
Aleksander Ljøen
Johan Dyrdal
Clara Elisabeth Spilling
Tilde Tessand Haugan
Mina Waitz
Alfred Skårslette Vigdahl
Sebastian Braastad
Felix Krubbfelt Kopperud
Bancher
Bastian Oddanger-Heggdalsvik
Iver Drognes Wehinger
Sander Aalbu Lindland
Milian Thune
Vilde Kristiane Lillegraven
Maja Elise Høe
Ingeborg Myhre Lund
Hedda Jønsberg Storsve
Frida Kleven Andersen
Grunde Kleven Andersen

Selskapslokale Øvre Disen velhus

Østreheimsveien 3B

Kjøkken til disposisjon
Se bilder på
www.ovredisen.no

Bestilling:
uteleie@ovredisen.no
eller tlf. 413 41 540

Døde:

Gerd Rigmor Gabrielsen
Irene Bergstrøm
Agnes Mathilde Berglann
Reidun Ebersson
Odd Nylund
Thor Bæver
Hans Peter Mortensen
Bjørge Jorunn Røyvad
Rolf Ring
Oddveig Brenden
Erling Hugo Broen
Eva Falch
Aslaug Grimsø Johansen
Harry Lars Eriksen
Helene Hovland
Reidun Solberg
Bodil Sæter
Elly Larsen
Kjellaug Marie Finsen
Vesla (Aasta) Von Hirsch
Kjell Thomas Trosterud
Astrid Eline Håland
Arne Holt
Magna Olafsen
Tor Ramberg
Torfinn Solli
Inger Marie Pettersen

Massasje på Årvoll gård

Hvile for kropp og sjel

Heidi Gabrielsen
Mobil 464 70 890
Org.nr. 989707124

Tonsenhagen Velhus

Selvbyggerveien 102 B
Møte- og selskapslokaler for de fleste behov.

Tlf. 22 65 81 69
Tirs. og ons. kl. 1100–1430
Tirs. også kl. 1800–2000

Kirkekalender

Januar

Søndag 10. januar 2.s. i åpenbaringstiden
Gudstjeneste kl. 11 ved Mari Wirgenes og Anders Fjeld Meyer. Dåp. Nattverd. Søndagsskole. Kirkekaffe ved Y's Men.

Søndag 17. januar 3.s. i åpenbaringstiden
Ingen gudstjeneste i Tonsen. Maling av kirkerommet.

Søndag 24. januar Sámannssøndagen
Frivillighetsgudstjeneste kl. 11 ved forteller Helga Samseth, Øyvind Remmen og resten av staben i Tonsen. Nattverd. Kirkekaffe.

Søndag 31. januar Kristi forklarelsedag
Gudstjeneste kl. 11 ved Øyvind Remmen og Anders Fjeld Meyer. Dåp. Nattverd. Søndagsskole. Kirkekaffe.

Februar

Søndag 7. februar Fastelavnsøndag
Familiegudstjeneste kl. 11 ved Øystein Mathisen, Anders Fjeld Meyer og Marthe Haaland Wang. Dåp. Karnevalsfest på kirkekaffen!

Onsdag 10. februar Askeonsdag

Fastegudstjeneste
kl. 19 Øystein Mathisen og Anders Fjeld Meyer. Nattverd.

Søndag 14. februar 1.s. i fastetiden
Storfamiliegudstjeneste med Sing Along kl. 11 ved Øyvind Remmen, Ieva Folmo og Anders Fjeld Meyer. Sing Along bidrar! Dåp. Nattverd. Kirkekaffe.

Onsdag 17. februar Fastegudstjeneste
kl. 19 ved Mari Wirgenes og Anders Fjeld Meyer. Nattverd.

Søndag 21. februar 2.s. i fastetiden
Gudstjeneste kl. 11 ved Mari Wirgenes. Dåp. Nattverd. Søndagsskole. Kirkekaffe.

Onsdag 24. februar Fastegudstjeneste
kl. 19 ved Øyvind Remmen og Anders Fjeld Meyer. Nattverd.

Søndag 28. februar 3.s. i fastetiden
Gudstjeneste kl. 11 ved Øystein Mathisen, Anders Fjeld Meyer og Marthe Haaland Wang. Dåp. Nattverd. Kirkekaffe.

Mars

Onsdag 2. mars Fastegudstjeneste
kl. 19 ved Mari Wirgenes og Anders Fjeld Meyer. Nattverd.

Lørdag 5. mars Stille lørdag i Tonsen: En smak av retreat
kl. 10-15. Påmelding. Gratis. Se omtale på side 8 i Tonsenbladet.

Søndag 6. mars 4.s. i fastetiden
Familiegudstjeneste – «Første skritt» kl. 11 ved Mari Wirgenes, Marthe Haaland Wang og Anders Fjeld Meyer. Dåp. Kirkekaffe.

Onsdag 9. mars Fastegudstjeneste
kl. 19 ved Øystein Mathisen og Anders Fjeld Meyer. Nattverd.

Søndag 13. mars Maria Budskapsdag
Fasteaksjonsgudstjeneste kl. 11 ved Øystein Mathisen, Helga Marie Abrahamsen Anders Fjeld Meyer, konfirmanter og Kammerkoret. Dåp. Nattverd. Søndagsskole. Kirkekaffe.

Onsdag 16. mars Fastegudstjeneste
kl. 19 ved Øyvind Remmen og Anders Fjeld Meyer. Nattverd.

Søndag 20. mars Palmesøndag
Gudstjeneste kl. 11 ved Øyvind Remmen. Dåp. Nattverd. Søndagsskole. Kirkekaffe.

Torsdag 24. mars Skjærtorsdag
Kveldsgudstjeneste kl. 19 ved Øyvind Remmen og Anders Fjeld Meyer. Nattverd.

Fredag 25. mars Langfredag
Gudstjeneste kl. 11 ved Mari Wirgenes og Anders Fjeld Meyer.

Søndag 27. mars Påskedag
Høytidsgudstjeneste kl. 11 ved Mari Wirgenes og Anders Fjeld Meyer. Dåp. Nattverd.

Mandag 28. mars 2. påskedag
Kveldsgudstjeneste med keltisk preg kl. 19 ved Mari Wirgenes og Anders Fjeld Meyer. Nattverd. Kirkekaffe.

April

Søndag 3. april 2.s. i påsketiden
Påskefamiliegudstjeneste kl. 11 ved Øystein Mathisen, Anders Fjeld Meyer og Helga Marie Abrahamsen. Dåp. Nattverd. Kirkekaffe.

Søndag 10. april 3.s. i påsketiden
Gudstjeneste kl. 11 ved Mari Wirgenes. Dåp. Nattverd. Søndagsskole. Kirkekaffe.



Ring tlf 984 03 839 for kirkeskyss

Ønsker du å bli hentet og kjørt hjem etter gudstjenesten eller kirkekaffen? Fra fredag kl 18 til søndag kl 10 kan du ringe og gi beskjed til tlf. 984 03 839

Returadresse:

Tonsen kirke
Postboks 28 Årvoll
0515 Oslo



Velkommen til menighetens formiddagstreff for voksne, annenhver onsdag kl 11.30
Her er det mye å få med seg!

Onsdagstreffet er et åpent møtested uten påmelding

Hver gang er det et program – enten et reisebrev med lysbilder, et kåseri, eller sang og musikk. Mange setter pris på å oppleve de varierte programmene og se og lære noe nytt! De gode hjemmelagde smørbrødene er også populære. Det er også andakt, utlodning og mye hyggelig sosialt samvær!

Onsdagstreff er et åpent møtested, uten påmelding. Et sted for å bli kjent med nye mennesker, eller kanskje treffe noen som man kjenner fra før? Onsdagstreff drives av en gruppe engasjerte frivillige medarbeidere, som lager mat og er vertskap på trefene, og av diakonen Ieva Folmo som leder de fleste treffene. Noen frivillige stiller opp som sjåfører for dem som har vanskelig med å komme til treffet på egen hånd.

Første møte i det nye året blir **13. januar**. Da får onsdagstreffet besøk av biskop emeritus Øystein Larsen, som vil kåsere om salmedikteren Elias Blix.

27. januar blir det danseoppvisning ved damene fra Veitvet Seniordans. Her blir det mye musikk- og danseglede, en opplevelse som anbefales på det varmeste!

Videre frem mot påske står følgende på programmet:

10. februar. Glimt fra menighetsturen til Kirkenes, Murmansk, Neiden og Sevettjärvi ved Astri Haug.

24. februar. «Å miste» Hvordan påvirker tap våre liv - etter dødsfall,

skilsmisse, forandret helse og livssituasjon? Ved vår sokneprest Mari Wirgenes.

9. mars. «Frans av Assisi – en fortelling» ved Anne Helene Moksnes.

23. mars. Påsketreff.

Onsdagstreffet ønsker gamle og nye deltagere hjertelig velkommen!

Har du ikke vært på onsdagstreff før og vil vite mer – ta gjerne kontakt



med diakon Ieva Folmo på telefon 23 62 93 38, eller e-post if962@kirken.no.