

NR. 1 72. årg.
Aug 25 – Nov 25



Lambertseter

MENIGHETSBLAD † SE OG BLI SETT



Ansatte



Sokneprest
Barbro Schmedling
Tlf. 93 68 24 53
bs559@kirken.no



Daglig leder
Anne Gro Engen
Tlf. 91 79 75 27
ae852@kirken.no



Menighetsrådsleder
Christian Danielsen
chrdani@hotmail.com



Kapellan
Morten Huuse Fjøren
Tlf. 97 98 04 53
mf292@kirken.no



**Trosopplæringsleder/
diakonal medarbeider**
Marco Da Veiga
Tlf. 402 94 438
md329@kirken.no



Ungdomsarbeider
Mina K. Grandahl
Tlf. 92 64 47 85
mg257@kirken.no



Diakonal medarbeider
Karl Aasmund Rabstad Erøy
Tlf. 91 55 38 21



Kirkemusiker
Tone Knutson Holmgren
Tlf. 98 64 92 21
th897@kirken.no

Bli fast giver?

Skjema for avtalegiro ligger på nettsiden: lambertseterkirke.no under "Om oss/Givertjeneste". Det er også tilgjengelig i kirken. Skjemaet leveres daglig leder Anne Gro Engen.

En gave til Lambertseter menighet?

Store og små gaver gjør det mulig å drive et aktivt og inkluderende arbeid. Din gave vil bety mye.

Send din gave på Vipps.VIPPS #19454
Umerkede gaver går til menighetens arbeid.

Menighetskontoret

Åpningstider:
Telefonen er betjent mellom
kl 10.00-14.00 stort sett alle hverdager.
Skoleferier kl. 10.00 -12.00.

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

Adresse:
Besøksadresse: Langbølgen 33
Postadresse: Postboks 97
Lambertseter, 1101 Oslo

Telefon:
23 62 99 00

Organisasjonsnummer:
976 987 500

Konto menigheten:
DNB: 1506.24.57829

Kirketorget

Ta direkte kontakt med Kirketorget på telefon eller e-post for spørsmål om dåp, vielser og andre kirkelige handlinger.

Telefon: 23 62 90 09
E-post: kirketorget.oslo@kirken.no

Menighetsbladet

Utgis av Lambertseter menighetsråd

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

Redaksjon:
Borgny Vestli
Heidi Andersen Madsen
Trine Vestli Andersen

Forside Foto:
Heidi Andersen Madsen

Layout:
Helen Fjeld Langrind

Trykk:
Aksell AS

Vil du dele ut menighetsbladet?

Lyst på en gåtur? Frisk luft?
Vi trenger deg til å dele ut menighetsbladet i ditt nærområde - i en rode eller bare i blokka di. Vil du hjelpe til, ta kontakt med redaksjonen.



Barbro Schmedling
Sokneprest

TANKER I TIDEN

Glød, kreativitet, omsorg og uenighetsfellesskap

I skrivende stund har jeg tjenestegjort i Lambertseter i fire og et halvt år, og tenker tilbake på alt vi har fått til som menighet og fellesskap i løpet av denne tiden, og på hvor mye menneskene og menighetsfellesskapet på Lambertseter har kommet til å bety for meg.

I Lambertseter har jeg fått oppleve et helt unikt menighetsfellesskap. Et menighetsfellesskap som langt på vei får til noe andre menigheter jeg har tjenestegjort i har strevd med, nemlig et fellesskap der man evner å se, inkludere og verdsette alle som ønsker å være en del av menighetsfellesskapet.

“Se og bli sett” har vært Lambertseters motto i lang tid, og det er også overskriften på visjons- og strategidokumentet Lambertseter menighetsråd nå reviderer. Et særdeles passende motto, og veldig betegnende for det unike menighetsfellesskapet synes jeg!

Etter temakvelden med Kirkelig Dialogsenter, hvor begrepet “uenighetsfellesskap” var fokus, har nettopp det ordet slått rot i menigheten, og det gleder mitt prestehjerte å se hvor sterkt og omsorgsfullt et fellesskap kan bli - på tross av store teologiske og personlighetsmessige forskjeller. I Lambertseter bryr man seg om hverandre, oppfører seg ordentlig mot hverandre, selv om man kan være rasende uenige i sak. Det er virkelig noe å skryte av!

Mye godt har vokst fram som følge av dette, som Middag for alle, Grønn gruppe,

formiddagskino på Kafé Friheten, barnebruktmarked, kunstutstilling, vennskapskomité, solidaritetskonsert og trosopplæringstiltak i samarbeid med Bekkelaget og Ormøy menighet. Vi ser også at dåps- og konfirmasjonstallene er økende, og at stadig nye mennesker finner veien inn til vårt menighetsfellesskap.

I gode menighetsfellesskap blomstrer kreativiteten og innsatsviljen, så menighetsrådet har flere spennende og nyskapende fellesskapsbyggende prosjekter på blokka utover høstsemesteret: På trosopplæringssiden bygges det fullt utstyrt barnealterskap og det skal også startes opp søndagsskole i løpet av høsten.

I prosjekt “Unge voksne” planlegges “Samlingspunktet” - et tilbud på ettermiddags/kveldstid hvor kirken åpnes for unge voksne, og hvor det vil tilbys ulike aktiviteter. Det er nevnt leseplasser i kirkestua, Logosmeditasjon og yoga i kirkerommet, sosialt samvær, spill og film i ungdomslokalene og felles måltid i menighetssalen for alle i løpet av kvelden. Her er det mange muligheter, for i min Far hus er det mange rom og rom for mange slags mennesker.

I tillegg diskuteres et samarbeid med Lambertseter skole for kanskje å kunne tilby mellomtrinnet bruk av ungdomslokalene etter skoletid. For at alt dette skal bli realiteter er vi imidlertid avhengig av frivillig innsats fra både

foreldre og andre villige sjeler. Meld deg gjerne om du har lyst til å være med på noe av det vi planlegger fremover.

Til slutt er det verd å nevne at det er glødende engasjement og mye kompetanse i vennskapskomiteen som leder solidaritetsarbeidet for våre venner i Beit Sahour. Komiteen står i nær kontakt med våre venner ved Betlehems-markene, og oppdateres stadig om situasjonen lokalt. Besøket fra daværende sogneprest i menigheten Munter Isaac i mai gjorde inntrykk, og det er tydelig at menighetenes engasjement og forbønn betyr mye for både oss og våre venner i Palestina.

Vennskapskomiteen planlegger nå ny solidaritetskonsert, og håper å gjenta fjorårets suksess. Konserten går av stabelen 17. september. I tillegg til spennende nasjonale og lokale artister, får vi sannsynligvis også fysisk besøk fra Palestina. Om vi er riktig heldige, er det den nyvalgte biskopen i Den Evangelisk Lutherske Kirke i Jordan og Det Hellige Land som da gjester Lambertseter. Noen av komiteens medlemmer vil også reise på gjensitt til Beit Sahour i forbindelse med Kairos-konferansen som går av stabelen i Betlehem i november.

Så vi går i sannhet en spennende, kreativ og aktiv høst i møte i Lambertseter kirke!

Pax et bonum!



KONFIRMASJONS LEIR

FELLESSKAP
OG GLEDE

📍 | 📷 Morten Huuse Fjøren





20. juni reiste 17 spente konfirmanter fra Lambertseter menighet på konfirmasjonsleir sammen med konfirquantene fra Manglerud menighet.

Turen gikk til Bø i Telemark, hvor vi deltok på den store leiren KRIK konf ACTION, arrangert av organisasjonen KRIK. Over 1000 konfirmanter fra hele landet var samlet til fem dager med aktiviteter, tro, fellesskap og ikke minst – mye moro!

Lambertseter og Manglerud hadde felles camp på campingplassen, og både konfirmanter og ledere bodde i telt. Det skapte en ekte leirfølelse og la til rette for samhold og gode samtaler, både i teltene om kvelden og rundt måltidene i campen. Hverken stekende sol eller hølregn satte en demper på stemningen i gjengen, og i campen disket lederne opp med både toast, vafler og lapper til sultne konfirmanter.

Campen var et samlingspunkt for mange hyggelige stunder, latter og samtaler, men konfirquantene knyttet også nye bånd på tvers av menigheter og landsdeler ellers på leiren. En typisk dag på leiren bestod av frokost og kveldsmat i campen, felles middag servert av KRIK, gøyale aktiviteter med flinke instruktører fra KRIK, og morgen og kveldsmøter med musikk, engasjerende taler og formidling av tro til ungdommene under leirens tema «Helt ærlig». Leiren ga rom for både ettertanke,

refleksjon og fellesskap rundt det å være ung og troende i dagens samfunn.

Et høydepunkt for mange var ettermiddagene i Bø Sommarland. Her kunne deltakerne boltre seg i vannsklier, bølgebasseng og andre attraksjoner. Sommarland var åpent for leirdeltakerne hver ettermiddag etter aktivitetene, til glede for både konfirmanter og ledere!

Fra Lambertseter menighet reiste prest Morten, ungdomsarbeider Julia og ungdomslederne Leah og Sofie sammen med konfirquantene. Lederne fra både Lambertseter og Manglerud gjorde en strålende innsats med både praktisk arbeid, omsorg og godt humør gjennom hele leiren.

Leiren markerer avslutningen på et innholdsrikt konfirmasjonsår i Lambertseter menighet. Vi ser tilbake på engasjerende samlinger, påskevandring, solidaritetsgudstjeneste og innsamlingsaksjon til Kirkens Nødhjelp, hending i klubben og kveldsavslutninger. Det har vært et halvår fullt av inntrykk, opplevelser og fellesskap – og vi håper mange av konfirquantene sitter igjen med gode minner og kanskje en litt større forståelse for hvem man selv er og hva vi tror på.

Nå ser vi frem til konfirmasjonsgudstjenestene lørdag 6. september, som blir den endelige avslutningen for årets konfirmanter, med forbønn og festgudstjeneste! Takk til alle konfirmanter for et fantastisk fint år sammen! Vi gleder oss til å feire konfirquantene – og ønsker Guds velsignelse over dem og livet deres!

DIAKONI

PÅ LAMBERTSETER

Kirken er Jesu kropp i verden, sier vi. Kropp som har armer og bein, som har hjerte, ører, øyne og munn. Diakoni er Kirkens kroppsspråk, som også kan kalles Kirkens omsorgsarbeid. Troen sitter i hender og føtter, og utfører handlinger.

 Gunhild Andersen, Leder av Diakoniutvalget

 Anne Gro Engen



Jeg opplever Lambertseter menighet som en diakonal menighet, der diakoni skjer på mange arenaer. Menigheten har en egen diakonal medarbeider, Marco Da Veiga, og hans arbeid er rettet mot unge og unge voksne.

Menigheten har det siste året hatt en diakonal medarbeider, Karl Aasmund Rabstad Erøy, som er ansatt i en 20 % stilling. Kommer du innom kirka møter du ofte Karl. Selv om stillingen ikke er så stor er Karl en slags «altmuligmann» som hjelper til med mye. Han har ansvar for «Torsdagstreffet» annenhver torsdag og er en viktig bidragsyter på «Middag for alle». Du treffer han ofte på «Kafe Friheten» og «Filmklubben», og Karl har alltid tid til å slå av en prat. Karl har en allsidig bakgrunn som bl.a. bonde, økonom, bussjåfør og vertskap, og har møtt mange mennesker gjennom et langt arbeidsliv. På fritiden er han en ivrig orienteringsløper og aktiv i misjonsselskapet NMS.

Når vi skal beskrive hva Diakoni er, nevner vi ofte 4 områder. Selv om



Tur til Blaafarveværket: Diakoniutvalget i menigheten inviterte til busstur til Blaafarveværket på Modum i slutten av juni. Det ble en kjempefin dag med nye bekjentskap, fellesskap og god stemning i nydelig vær!

områdene er overlappende, beskrives de ofte hver for seg: Nestekjærlighet, fellesskap, arbeid for rettferdighet og vern om skaperverket. Vi finner eksempler på alt dette i Lambertseter menighet: Nestekjærlighet og rettferdighet er tydelig i konfirmantenes Fasteaksjon, og arbeidet for vennskapsmenigheten i Beit Sahour, som er den del av den evangelisk lutherske kirken i Jordan og det Hellige land. Vern om skaperverket kommer til uttrykk ved at Lambertseter menighet er Grønn menighet og i arbeidet i «Grønn gruppe» som står for oppgraderingen av uteområdene rundt kirka.

Fellesskap er bærebjelken i «Middag for alle», «Torsdagstreff», «Kafe Friheten», og går også som en rødåd gjennom de fleste aktivitetene i menigheten enten det er «Grønn gruppe», «Filmklubb», «Strikkekveld», ungdomsarbeid, Tro og Lys eller Babysang.

Lambertseter menighet har eget Diakoniutvalg. Diakoniutvalget har ansvar for å lage plan for det diakonale arbeidet i menigheten og være med å utvikle arbeidet.

Tidligere i år arrangerte Diakoniutvalget temakveld med «Livssorg» som tema. Vi møttes til felles måltid, deretter var det foredrag v/Heidi A.Madsen, fulgt av

gode samtaler rundt bordene. I sommer ble det arrangert busstur til Blaafarveværket (red.komm).

I dag har utvalget spesielt ansvar for å rekruttere frivillige medarbeidere til diakoniarbeidet, og for å utvikle «Kafe Friheten» sammen med Frivillighetssentralen. «Kafe Friheten» er Frivillighetssentralens uformelle kaffetreff og et møtested for alle, mandag til lørdag fra kl. 11.30-14.00. Arild Simonsen, som er medlem av Menighetsrådet og Diakoniutvalget, er fast gjest. Han oppdaget «Kafe Friheten» like etter at han mistet sin kone, og dette fellesskapet er nå et viktig innslag i hverdagene hans. De daglige møtepunktene skaper tilhørighet, og her vokser vennskap frem hvor man kan snakke om det meste, sier Arild.

Og her er plass til mange flere.





KIRKEHAGEN

OG GRØNN GRUPPE

På Lambertseter er det mange fine og grønne området mellom blokkene, og rundt kirken har vi også et fint og grønt område.

 |  Mette Berglund

Her er det variert vegetasjon, med grønne plener, busker, trær og blomster. Vi har flere sittegrupper rundt kirken, og disse benyttes av de som besøker kirken og av de som bor i nærmiljøet. Noen tar med kaffekoppen og sitter litt i sola, andre tar med en bok eller bare slapper av. Det er mange som besøker kirken hver dag, eller bare passerer på vei til skole og jobb, og noen benytter området til å lufta hunden. Måker og småfugler finner også sin plass her. På plenen står det et utealter, og en gang i året har vi utegudstjeneste.

I menigheten er det etablert en gruppe med frivillige – Grønn gruppe – som jobber med å stelle

blomster i bed, krukker og kasser rundt kirken. I tillegg dyrkes litt grønnsaker i pallekarmer mellom kirken og parkeringsplassen. Medlemmene i Grønn gruppe møtes noen ganger i året for å planlegge og arrangere dugnader, og de sørger for vaning og stell av blomster og grønnsaker gjennom sommeren. En annen oppgave for Grønn gruppe er å holde deler av vegetasjonen nede, slik at området ikke gror igjen, og at lys og luft slipper til. Det er deilig å være ute, grave i jorda og se at det gror og blomstrer.

Har du lyst til å være med i Grønn gruppe kan du kontakte daglig leder for å få mer informasjon.

UTSTILLING

MED LOKALE KUNSTNERE VÅREN 2025

📸 | Mette Berglund

Torsdag 27.mars åpnet en utstilling med tre lokale kunstnere i Kirkestuen i Lambertseter kirke. Bjørg Tvinnereim Moe og Anne Kristin Gjertsen deltok begge med malerier, Berit Irene Vik Svendsen deltok med glasskunst.

Mange møtte frem på åpningsdagen, det ble servert forfriskninger og holdt en minikonsert. Utstillingen var også åpen 28. og 29.mars. Det var et vellykket arrangement, og vi håper å komme tilbake med en ny utstilling med lokale kunstnere i løpet av 2026.



Fra v.: Berit Irene Vik Svendsen, Anne Kristin Gjertsen, Bjørg Tvinnereim Moe



Faste aktiviteter



Sentrerende bønn

Tirsdager | Kl. 19:50 – 21:00

En meditasjonsform innen kristen tradisjon. Samlingen med sentrerende bønn består av 15–20 minutter undervisning, 5 minutter fall-til-ro-øvelse og 20 minutter sentrerende bønn (meditasjon). Meditasjonsgruppen for sentrerende bønn er åpen. Det betyr at alle som vil kan komme og prøve ut om dette er noe for dem.

Sentrerende bønn i Lambertseter kirke er et samarbeid mellom organisasjonen Areopagos og Lambertseter menighet. Gruppen ledes av Tore Laugerud og Asle Røhne Rossavik.

Datoer 2025: 2. september, 23. september, 14. oktober, 4. november, 25. november og 16. desember
NB! Den 14. oktober er det utvidet samling fra kl. 18.00.

Kontaktperson: Asle Røhne Rossavik | Mobil: 480 93 396
E-post til ar387@kirke.no

Ønsker du info om Sentrerende bønn?

Send e-post til ar387@kirken.no eller les mer på areopagos.no og kirken.no/lambertseter

Strikkekvelder

Torsdager | Kl. 18:00 – 20:30

Glade strikkere og skravlere samles til strikkekvelder i Kirkestuen i Lambertseter Kirke. Velkommen til hyggelige fellesskapskvelder enten du strikker eller ei!

Vi har en del restegarn og strikkepinner, men hvis du etter en opprydning har noe du har lyst til å gi oss, tar vi gjerne i mot det.

Datoer 2025: 21. august, 4. september, 18. september, 2. oktober, 16. oktober, 30. oktober, 13. november, 27. november og 11. desember.

Kafé Friheten

Hver dag mandag - lørdag | Kl. 11:30 - 14:00

Frivillighetssentralens uformelle kaffetreff for de som er hjemme på dagtid. Servering av kaffe og kjeks eller kake.

Tro og lys

Lambertsetergruppen av Tro og Lys er dessverre nedlagt.

Tro og Lys Nordstrand har tilbud en søndag i måneden fra kl 16-19 i Nordstrand menighetssenter.

Kontaktperson: Ellen Agøy Sand, mobil 90698104.

Middag for alle

Torsdager | Kl. 17:00

Hjemmelaget middag – for folk i alle aldre.

NB! Påmelding en dag før til
post.lambertseter.oslo@kirken.no

Datoer 2025: 11. september, 9. oktober, 6. november og 4. desember.



Trenger du noen å snakke med?

Av og til kan det være godt å få snakket ut om det man bærer på. Lambertseter kirke ønsker å være et sted hvor man blir møtt i alle livsfaser og prosesser.

Lambertseter kirkes prester er tilgjengelig for sjelesorg og samtaler om store eller små ting. Prestene har taushetsplikt og er klare for å snakke med deg.

Kontakt oss på telefon eller mail slik at vi kan gjøre en avtale.

Faste aktiviteter



KIKK - ungdomsklubb

Torsdager | 18:00 – 20:00

Ungdomsklubb i kirkekjelleren for ungdommer i ungdomsskole- og videregåendealder. Klubben er åpen hver torsdag kl. 18-20. På KIKK er det kiosk, airhockey, biljard, bordtennis og andre spill. KIKK er et sted for å kople av, ha det gøy og treffe venner.

Følg med på nettsiden og Facebook for datoer i 2025.

Østmarkskapellet

Søndager | Kl. 12:00

Østmarkskapellet er et skogskapell med sportsgudstjeneste søndager kl. 12.00. Kafeteriaen er åpen kl. 11-12 og 12.45-14.00.

Følg med på nettsiden ostmarkskapellet.no/program for datoer og talere i 2025.

Barnekoret Lambert

Torsdager | Kl. 17:30 – 18:15

Barnekor for alle barn i alderen 5 – 10 år. Vi over torsdager kl. 17.30-18.15 i Lambertseter kirke. Vi synger sanger, leker, danser og har det gøy sammen.

Koret er medlem i KFUK-KFUM, og bruker en del sanger derfra.

Ta kontakt med post.lambertseter.oslo@kirken.no for mer informasjon. Oppstartsdato høsten 2025 vil bli annonsert på nettsiden og på Facebook.

Torsdagstreff

Torsdager | Kl. 12:00 – 14:00

Det serveres vafler og kaffe, underholdning, sosialt samvær og utlodning. Det er andakt og allsang, og mye tid til hyggelig prat.

Datoer 2025: 7. august, 21. august, 4. september, 18. september, 2. oktober, 16. oktober, 30. oktober, 13. november, 27. november og 11. desember.

NB! Den 18. september får vi besøk av Eyvind Skeie på torsdagstreff, det er bare å glede seg!

Babysang

Annenhver tirsdag | Kl. 11:00

Babysang foregår i kirkerommet der vi synger sammen med babyene. Etter samlingen serverer vi kaffe og vafler i menighetssalen. Ta kontakt med post.lambertster.oslo@kirken.no for mer informasjon.

Kr. 50 pr. gang, med VIPPS til #136725.
Facebookgruppe: Babysang Lambertseter kirke

Datoer 2025: 26. august, 9. september, 23. september, 7. oktober, 21. oktober, 4. november, 18. november og 2. desember.

Følg med på menighetens hjemmeside www.lambertseterkirke.no for mer informasjon.

KONFIRMAN* 2026



Påmelding til konfirmasjon i Lambertseter kirke 2026 er åpen! Les mer og meld deg på via QR-koden.



Lambertseter menighet DEN NORSKE KIRKE

HØST 2025 BABYSANG

LAMBERTSETER KIRKE
Annenhver tirsdag kl. 11
Kaffe og vafler kl. 12



TIRSDAGER
26.aug,
9.sept, 23.sept
7.okt, 21.okt
4.nov, 18.nov
2.des

Pris:
Kr 50 pr gang
VIPPS 136725

INFO: post.lambertseter.oslo@kirken.no
www.lambertseterkirke.no

Barnebruktmarked

lørdag 11. oktober

Vi gjentar suksessen fra tidligere og inviterer igjen til barnebruktmarked i Lambertseter kirkes menighetssal lørdag 11. oktober fra kl. 11 til 14.

Det blir kjøp og salg av brukte klær, leker, bøker, småutstyr for barn 0-8 år. Det vil være kafé med salg av kaffe, saft og hjemmebakke kaker. Inntektene fra kaféen doneres til Sykehusklovnene.

Om du vil kjøpe eller selge - eller begge deler, velkommen til barnebruktmarked!

Salg:
Du kan selge pent brukt baby-/barnetøy, leker, bøker og småutstyr fra eget salgsbord. Inntektene fra salget beholder du selv. Leie av bord koster kr 300, og denne summen donerer vi til Sykehusklovnene.

Bordet må bookes på forhånd ved å sende e-post til post.lambertseter.oslo@kirken.no med informasjon om navn og telefonnummer. Begrenset antall plasser, her blir det først til mølla! Vi sender bekræftelse på plass.

NB! Ingen tilbakebetaling av bordleie ved evt. kansellering, summen doneres i sin helhet til Sykehusklovnene.

Hvis du selger baby-/barneprodukter du selv har laget er det samme leiepris på kr 300, men 10% av salgsinntektene skal i tillegg doneres til Sykehusklovnene.

Kjøp:
Alle er hjertelig velkommen innom mellom kl. 11 og 14 for å gjøre et bruktkupp. Ta gjerne med egne handleposer.





Barnas

LABYRINT

Kan du hjelpe gutten gjennom labyrinten slik at han kan gi fiskene og brødene sine til Jesus?



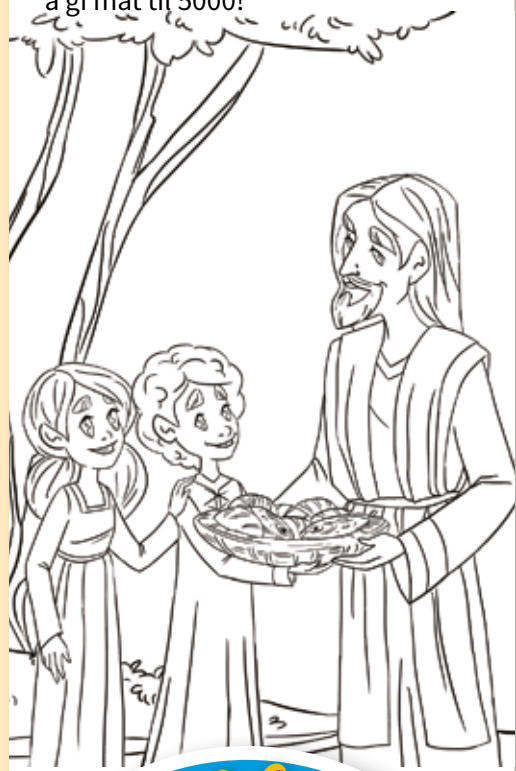
Vits

- Vet du hvor mye klokka er?
- Den er i hvert fall ikke fire.
- Hvordan vet du det?
- Jo, for jeg skulle være hjemme klokka fire, og det er jeg jo ikke.

Tegninger: CLAUDIA CHIARAVAILOTTI

FARGELEGG

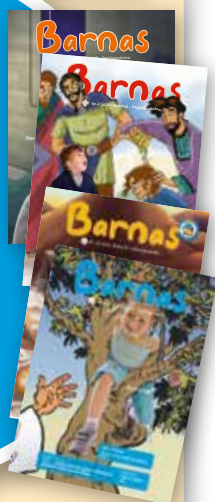
Her gir noen barn to fisker og fem brød til Jesus. Jesus brukte det til å gi mat til 5000!



Gi bladet Barnas til et barn du er glad i!

Disse oppgavene er hentet fra bladet.

Bestill abonnement på sondagsskolen.no eller 22 08 71 00



KRYSSORD

Bruk Det nye testamentet i Bibelen for å komme frem til løsningsordet.

Du finner Bibelen på internett også! Se bibel.no



Bygning i Lukas 2,46

1.

Disippel i Johannes 20,26

2.

Bær i Matteus 7,16

3.

4.

Tall i Matteus 26,15

Landområde i Markus 16,7

5.

Vits

Mannen tok på seg rene sokker hver dag. Til slutt fikk han ikke på skoene ...



Søndagsskolen - mer enn du tror

SØLEDAMMER *og solsikker*

Håp, takknemlighet og glede – hva tenker du når du leser ordene? Kanskje er håpet ditt knyttet til at du får fint vær i ferien? Eller at ingen krangler? Og takknemlighet, hva er du takknemlig for? Isen du kjøpte deg i går, vennen du møtte tilfeldig på senteret? Og Hva gir deg glede?

 |  Heidi A. Madsen



Tre ord som rommer utrolig mye, tre sårbare ord som du kanskje ikke orker å forholde deg til.

Takknemlighet

Jeg begynner med det, for meg, vanskeligste ordet. Takknemlighet. Vi lever i en takknemlighetskultur, der vi skal sette pris på stort og smått. Det er i utgangspunktet bra. Samtidig kan det bidra til skyldfølelse og kanskje også skam. Fordi, hva hvis jeg ikke orker å kjenne på takknemlighet? Kanskje er livet så krevende akkurat nå at du ikke orker å tenke på takknemlighet? Kanskje du til og med blir sint. Det blir jeg av og til. Noen ganger oppleves livet urettferdig. Hvorfor skal jeg være takknemlig når livet bare stormer?

Det kan likevel være godt å øve seg: Hva gjør deg takknemlig? Å rette blikket mot takknemligheten kan bidra til at vi får en pause fra det som er vanskelig eller utfordrende. Derfor utfordrer jeg deg til å, gjerne i stillhet, reflektere over hva som har gjort deg takknemlig i dag. Skriv det gjerne ned og gjenta over litt tid. På sikt kan du gå tilbake og se hva du selv har skrevet.



Håp

Håp henger tett sammen med håpløshet og regnes som, sammen med blant annet sårbarhet, en del av våre grunnvilkår. De er gitt oss i kraft av at vi er skapt i Guds bilde, som den vi er. Vi lever i et samfunn der sårbarhet ofte ansees som svakhet, men faktum er at det er en del av oss. Det gjør oss avhengig av andres omsorg og hjelp. I denne avhengigheten ligger også en gjensidighet: Vi trenger hverandre. I dag trenger jeg din hjelp, i morgen hjelper du meg. En av mine favorittblomster er solsikken. Den reiser seg stor og stolt, med sine vakre farger og en robust, solid stilk. Et sted i Indre Østfold vokser de faktisk i grøfta langs veien. Denne blomsten klarer seg mye selv, men også den trenger omsorg, næring og vann. Alle trenger å bli tatt vare på – og få lov til å ta vare på.

Håp kan handle om det menneskelige håp, knyttet til hva vi ønsker oss og drømmer om. I tillegg finnes et mer universelt håp, et håp som er gitt oss. Det kan ikke kontrolleres, det bare er der.

Dette håpet kan slå inn når vi står i en vanskelig situasjon. Kanskje er kronisk sykdom en del av hverdagen. Da kan det menneskelige håp gå over i håpløshet, men så erstattes av et annet håp; håpet om at morgendagen gir litt mindre smerter eller at du orker å ta med deg kaffekoppen ut på balkongen. Det ligger mye visdom i ordtaket «Så lenge det er liv, er det håp». Ingen kan ta fra deg håpet om at morgendagen blir litt lettere hvis dagen i dag er vanskelig.

Glede

Jeg gikk tur etter en regnskur og veien var dekket av søledammer. Vanligvis går jeg rundt, men denne dagen kjente jeg at minnene fra barndommen dukket opp, da vi hoppet i søledammene. Og så gjorde jeg nettopp det: Hoppet glad og lykkelig fra søledam til søledam. Våte sko og sokker var uinteressant, jeg kjente bare på en boblende glede.

Hva gir deg glede? Jeg leste for en tid tilbake en bok om glede. Forfatteren skriver om det hun kaller «glimmers»

og oppfordrer oss til å lete etter nettopp dette. De små øyeblikkene av glede, som kommer spontant. Å kjenne sola varme i ansiktet, lukten av nykvernet kaffe, spontan barnelatter. Eller kanskje å sitte på en stein i skogen, kjenne det myke underlaget under føttene, å gi en klem til en venn. Jeg oppdaget at jeg har mange små «glimmers» hver dag, kanskje du også har det? Avslutningsvis vil jeg gjerne oppfordre deg til å lete etter de små øyeblikkene. Det er bare du som vet hva som gir deg glede.

MANGLERUD ADVOKATKONTOR

Advokat Kari Paulsrud m.n.a.
Advokat Gorm Are Grammeltvedt m.n.a.

- Fremtidsfullmakter
- Testamenter/arveoppgjør
- Samboeravtaler/ektepakter
- Barnevern
- Separasjon/skilsmisselbarnefordeling
- Arbeidsrett
- Trygdesaker
- Rett til helsehjelp
- Pasientskader/erstatningsrett
- Kjøp/salg av fast eiendom/generasjonsskifte

Manglerud Senter – Plogveien 6 - kontor i 2. etg
Timebestilling – tlf. 21 37 71 77
E-post: kpaulsrud@kindemco.no
gag@kindemco.no



Gunnar Ruud
Catering

Matglede til hverdag og fest!



www.gunnarruud.no

Tlf. 23 30 25 00

Trygghet når du trenger det.



Hos oss i Wang Begravelsesbyrå
møter du lokale gravferdskonsulenter
med lang erfaring, som er der for deg
i en krevende situasjon.

Telefon 23168330
wangbegravelse.no

WANG

NORGES ELDSTE
BEGRAVELSESBYRÅ



ANNE LINE
BEGRAVELSESBYRÅ

Jomfrubråtveien 85,
1179 Oslo

461 90 056

post@annelinebegravelsesbyraa.no



En verdig avskjed

www.annelinebegravelsesbyraa.no



Hjertestarter

Når sekundene teller...

Menigheten har kjøpt inn hjertestarter, den er montert på veggen ved trappen i hovedetasjen og er lett tilgjengelig både fra kirkerommet, menighetssalen og våre lokaler i underetasjen.

I tillegg har kirken førstehjelpsutstyr.

Gi en gave?

Send din gave på Vipps

VIPPS #19454

Umerkede gaver går til menighetens arbeid.

- eller bli fast giver

Store og små gaver gjør det mulig å drive et aktivt og inkluderende arbeid. Din gave vil bety mye.

Skjema for avtalegiro ligger på nettsiden:
lambertseterkirke.no under "Om oss/Givertjeneste"
Det er også tilgjengelig i kirken.

Skjemaet leveres daglig leder Anne Gro Engen.



ADVOKATENE PÅ NORDSTRAND Bennin, Brataas & Fjeldheim MNA

familie – arv – skifte
ektepakt – testament – samboeravtale
fast eiendom – bygg- og entrepriserett
– mangler ved boligkjøp –
regnskaps/forretningsførsel
almenn praksis

T +47 23 38 64 00

www.advokatnor.no

Stasjonsbygningen, Nordstrand togstasjon
Nordstrandveien 5, 1170 Oslo

Vi feirer og minnes



Døde

Grete Elisabeth Reenskaug	Lasse Børre Svendsen
Jan Erik Nielsen	Britt Doksrød
Dagny Annelise Svendby	Eva Marion Lindbo
Kari Bye	Anne Stirler
Eugenie Marbel Fougner Lassen	Sissel Dordi Johansen
Per-Johan Børke Bogerud	Brith Irene Berg
Marianne Asmyr	Carl Thorvald Lippestad
Eva Engelund	Edel-Lillian Bjørnsen
Anne-Lise Hessen	Björg Brøndum
Hilda Haga	Kari Solveig Halén
Frank Sørensen	Finn Aarsand
Annie Julie Aasen	Cato Arne Corell
Per Egil Sørensen	Liv Gjendem Kleiberg
Reidar Andersen	Hans Petter Midtsund
Eva Reitan	Måy Synnøve Eriksen
Judith Alette Tangnes	Bjørn Christian Bibow
Liv Ovedie Kjærnsbeck	Grete Kristiansen
Anders Jørgen Fredholm	Finn Eilert Larsen
Liv Reidun Halvorsen	Romina Keiko Nagajata Sosa
Randi Steffenrud	Jan Erik Rebbeng
Jane Gjerstadberget	Pål Hermansen
Hans Petter Sørbye	Berit Aarnes
Berit Uglum	Jon Martin Østbøll
Anne Karin Nevjen	
Tom Jacobsen	



Vigde

Wenche Tangen og Steinar Larsen
 Lisa Fjeldstad Eriksen og Adrian Kristoffer Kleven
 Orquidia Nairoby De Leon Feliz og Mats Heger Mengshoel
 Synne Nicoline Tingeidet og Mikkel Valland Lund
 Victoria Wiik Andreassen og Torstein Samuelsen
 Helle Tangre Holt-Larsen og Haakon Sebastian Olav Selje
 Marte Andersen og Andre Røkås



Døpte

Saga Funderud Nylende
 Sander Sørvald Ekeberg
 Leah Moldskred Størkersen
 Eva Dønøy Holter
 Zoe Edvardsen-Memo
 Nova Filippa Væring
 Alton Julius Akankunda Guste-Pedersen
 Signe Staff Solberg
 Aurora Jørgensen-Hansen
 Mathilde Johanne Berg Hansen
 Anine Wielgosz Breivik
 Linus Haugland Skumsrud
 Sofie Sollesnes Mjaaseth
 Malin Drage Kessel
 Ada Eliesen Sollie
 Oliver Honningsvåg-Rørstad
 Joel Johansson Willoch
 Aron Gisli Heggås
 Sofus Løken-Torsæter
 Ferdinand Sjølund
 Astrid Hammer Hilbertsen
 Sofie Hovind Holthe
 Alfred Jakobsen Hagen
 Oliver Myhre Inglingstad
 Arthur Bärnholt Greve
 Alicia Arna Strömberg
 Sander Lundgren Ramsøe
 Olivia Lundgren Ramsøe
 Vilde Espenes Nygård
 Sander Jose Riera
 Johannes Fornæss Weltzien
 Julie Kvenshagen Vikstøl
 Ask Nordgård
 Jens Gadsbøll-Onsum
 Vera Walderhaug
 Vilma Berge Lervik

Gudstjenester i Lambertseter kirke

Med forbehold om endringer. Se lambertseterkirke.no

17.08.2025 | 11:00 | Søndag

10. søndag i treenighetstiden

Høymesse. Dåp og nattverd. Sigmund Akselsen. Takkoffer til menighetens diakonale arbeid.

24.08.2025 | 11:00 | Søndag

11. søndag i treenighetstiden

Høymesse. Dåp og nattverd. Morten Huuse Fjøren. Takkoffer til Tro og Lys.

31.08.2025 | 11:00 | Søndag

12. søndag i treenighetstiden

Høymesse. Dåp og nattverd. Barbro Schmedling. Takkoffer til menighetens trosopplæring.

03.09.2025 | 14:00 | Onsdag

Lambertseterhjemmet

Andakt med ønskesang. Barbro Schmedling

06.09.2025 | 11:00 | Lørdag

Konfirmasjonsgudstjeneste

Morten Huuse Fjøren. Takkoffer til menighetens ungdomsarbeid.

06.09.2025 | 13:00 | Lørdag

Konfirmasjonsgudstjeneste

Morten Huuse Fjøren. Takkoffer til menighetens ungdomsarbeid.

07.09.2025 | 11:00 | Søndag

13. søndag i treenighetstiden

Høymesse. Dåp og nattverd. Morten Huuse Fjøren. Takkoffer til menighetens diakonale arbeid.

14.09.2025 | 11:00 | Søndag

Vingårdssøndagen

Gudstjeneste for store og små. Dåp og nattverd. Barbro Schmedling. Takkoffer til menighetens trosopplæring.

17.09.2025 | 14:00 | Onsdag

Lambertseterhjemmet

Andakt med lystenning. Morten Huuse Fjøren

21.09.2025 | 18:00 | Søndag

15. søndag i treenighetstiden

Kveldsgudstjeneste/Ungdomsgudstjeneste. Nattverd. Morten Huuse Fjøren. Takkoffer til menighetens ungdomsarbeid.

28.09.2025 | 11:00 | Søndag

16. søndag i treenighetstiden

Høymesse. Dåp og nattverd. Barbro Schmedling. Takkoffer til Maritastiftelsen.

01.10.2025 | 14:00 | Onsdag

Lambertseterhjemmet

Institusjonsandakt med nattverd. Barbro Schmedling

05.10.2025 | 18:00 | Søndag

17. søndag i treenighetstiden

Kveldsmesse/Taizé. Nattverd. Barbro Schmedling. Takkoffer til menighetens kirkemusikalske arbeid.

12.10.2025 | 11:00 | Søndag

18. søndag i treenighetstiden

Gudstjeneste for store og små. Dåp og nattverd. Morten Huuse Fjøren. Takkoffer til menighetens trosopplæring. Høsttakkefest - 4-årsbok - Lambert

15.10.2025 | 14:00 | Onsdag

Lambertseterhjemmet

Andakt med ønskesang. Morten Huuse Fjøren

19.10.2025 | 11:00 | Søndag

19. søndag i treenighetstiden

Høymesse. Dåp og nattverd. Barbro Schmedling. Takkoffer til TVaksjonen (Atlas-alliansen)

26.10.2025 | 11:00 | Søndag

Bots og bønnedag

Skriftemålgudstjeneste. Nattverd. Morten Huuse Fjøren. Takkoffer til menighetens kirkemusikalske arbeid.

29.10.2025 | 14:00 | Onsdag

Lambertseterhjemmet

Andakt med lystenning. Barbro Schmedling

02.11.2025 | 18:00 | Søndag

Allehelgensdag

Kveldsgudstjeneste/Minnegudstjeneste. Nattverd. Barbro Schmedling, Morten Huuse Fjøren. Takkoffer til menighetens diakonale arbeid.

09.11.2025 | 11:00 | Søndag

22. søndag i treenighetstiden

Høymesse. Dåp og nattverd. Barbro Schmedling. Takkoffer til menighetens diakonale arbeid.

12.11.2025 | 14:00 | Onsdag

Lambertseterhjemmet

Institusjonsandakt med nattverd. Morten Huuse Fjøren

16.11.2025 | 11:00 | Søndag

23. søndag i treenighetstiden

Høymesse. Dåp og nattverd. Morten Huuse Fjøren. Takkoffer til menighetens ungdomsarbeid.

23.11.2025 | 18:00 | Søndag

Siste søndag i kirkeåret

Kveldsmesse/Taizé. Nattverd. Barbro Schmedling. Takkoffer til menighetens kirkemusikalske arbeid.

26.11.2025 | 14:00 | Onsdag

Lambertseterhjemmet

Andakt med ønskesang. Barbro Schmedling

30.11.2025 | 11:00 | Søndag

1. søndag i adventstiden

Gudstjeneste for store og små. Dåp og nattverd. Morten Huuse Fjøren. Takkoffer til Stefanusalliansen. Lambertseterskolenes kor – Lys Våken - Adventsbasar

**SOLIDARITETS-
KONSERT
FOR PALESTINA**

Lambertseter kirke onsdag 17. 09.25 kl. 18.00

ARTISTER:

**Gatas Parlament, Sindre Gjærum,
David Hjertaker Evans, Mist,
Yonatan Shapira, Bekkelaget Skolekor,
Lambertseterskolenes kor m.fl.**

Kafé med salg av mat og drikke både før og etter konserten,
utlodning av kunstverk av Bjørg Thorhallsdottir, salg av palestinske varer.
Alle inntekter går uavkortet til Beit Sahour på Vestbredden.

Billettsalg via Vipps fra nå av, eller i døra. Vippsnr 74254

Priser: Barn og ungdom opp til 18 år: gratis | Voksne: minimum kr 200

Arr.: Vennskapsmenighetskomiteen i menighetene Bekkelaget og Ormøy og Lambertseter