

Hauketo & Prinsdal Kongeveien

NR 2–2024 // 40. årg

- Østmarkskapellet
– en perle for hygge
og innsats
- Rektor Anne Roland:
– Det viktigste er
menneskene
- 15.-treffet med
stor markering
- Variert og
vellykket visekveld

HAGEEKSPERT
ESPEN SKARPHAGEN:

«Hagen skal
være et sted
for rekreasjon
og hygge»



Å FORSTÅ LIVET

Da jeg var tenåring, hadde jeg det med å samle på sitater. Tiden var mer analog enn nå, så filofaxen og notatbøker ble sirlig dekorert med utklipp fra diverse ukeblad og nedskrevne skatter. Ord former og skaper, ordene våre hjelper oss å beskrive og gripe det vi erfarer. Et av sitatene jeg samlet på var dette:

«Livet kan kun forstås baklengs, men det må leves forlengs» Søren Kirkegaard

Jeg skal ikke påstå at tenåringers versjonen av meg grep hele betydningen av disse ordene. Livet har erfaringsmessig bydd på mange lag og nye forståelser av kompleksiteten og alle paradoksene en møter på. Men Kirkegaard fanger opp noe som er sant.

Som prest har jeg gleden av å få møte mange ulike mennesker i mange ulike livssituasjoner. Det er både til høytid og fest, hverdager og ved livets tyngre dager i møte med avskjed og død. Livets fargepalett er stor og variert, og fortellingene har en umistelig verdi. Gjennom alle disse ulike menneskemøtene blir jeg stadig slått av hvilken rikdom og hvor mye lærdom det ligger i våre livsfortellinger. Hvor vakkert det er når noen åpner opp og forteller ærlig om hvem en er og det livet en har.

Vi er hverandres livsvitner, og vi trenger at noen vil bære våre livsfortellinger sammen med oss. Tilhørighet kan skapes gjennom å dele fortellinger. Både de hverdagslige og de mer betydningsfulle og avgjørende fortellingene.

Dette nummeret av Kongeveien kommer i postkassen når sommertiden står på trappene. Kanskje er det en tid hvor du skal besøke foreldre eller besteforeldre? Du kommer kanskje til å møte en gammel venn eller du har bedre tid til å slå av en prat med naboen? Kanskje er det tid for å lytte litt aktivt til hvilke historier de bærer med seg? Gi rom og stille åpne spørsmål for å høre og lære noe om livet? Tid for å samle på skatter og rikdom som kan gi hjelp til å forstå livet?

SOKNEPREST ÅSE MARIA HAUGSTAD

VI FOLDER VÅRE HENDER SMÅ

VI BER TIL GUD FOR...

- For alle steder i vår verden som rammes av konflikt og krigsherjinger. Vi ber om fred!
- Om klokskap hos alle med posisjon, makt og myndighet til å jobbe for en mer rettferdig verden!
- For alle som kjenner på ensomhet og utenforskap. Hjelp oss å se hverandre med åpne blikk og uten fordommer.

VI TAKKER GUD FOR...

- Våren og sommeren med alt liv som spirer og gror.
- Grønliåsen, Hvervenbukta og alle grønne lunger i vårt nærmiljø.
- Våre venner og naboer, takker for alle som inviterer andre med inn i gode fellesskap.

Hauketo-Prinsdal menighet

BESØKSADRESSE:
Lerdalsfaret 7, 1263 Oslo
Tlf 23 62 98 50
post.hauketo-prinsdal.oslo@kirken.no

KONTORTID:
Mandag, onsdag og fredag kl 10-14,
ellers etter avtale

ORGANISASJONSNR:
976 987 586 Hauketo/Prinsdal sokn

GI EN GAVE TIL
HAUKETO-PRINSDAL MENIGHET:
Kontonr.: 1503.39.29460

 DEN NORSKE KIRKE
Hauketo-Prinsdal menighet

Kongeveien

Utgis av Hauketo-Prinsdal menighet
Ansvarlig utgiver: Menighetsrådet

REDAKTØR:
Susanne Dommersnes Sivertsen
E-post: sd272@kirken.no
Tlf 408 14 154

REDAKSJON/FOTO:
Geir Thorsnæs, Knut Sandal,
Svein Myhre, Anders Thylén og staben

DISTRIBUSJON:
Hans Petter Heggelund, Lars Tunang,
Anders Thylén og Erik Åstebøl

Neste utgave av Kongeveien kommer
ut 15. oktober. Frist for å annonsere er
24. september.
Annonser sendes til Gunnar Husan:
gunnar@husan.no Tlf 91121216

GRAFISK DESIGN/ LAYOUT:
Ravnbo design (www.ravnbo.com)

TRYKK: Ottesen AS

FORSIDEBILDE: Espen Skarphagen

GAVER TIL KONGEVEIEN:
Kongeveien distribueres
gratis til alle husstander

Gaver gis på kontonr: 1503.39.29460

TIPS OSS!

For å kunne lage et best mulig blad, trenger vi tips fra deg som leser! Vet du om aktuelle saker eller kjenner noen i nærmiljøet som det det kan være spennende å intervju, tips oss om dette.



God stemning rundt bordene. Grete Utengen.

Randi og Atle Karlung spiller og synger Dylan.



Tom Andersen.

Taylor Harpe.

Maj Volden og Harald Thue.



Torild Myhre-Nielsen.

Visekveld med komité og publikum.

Ida Skibrek Håbrekke og Øyvind Håbrekke.

VISEKVELD MED GOD STEMNING

«Bare en gang i året»? var reaksjonen fra flere av deltagerne på visekveld med åpen mikrofon søndag 28. april i Hauketo-Prinsdal kirke. Vi fikk høre viser, egne låter og dikt fra nærmere tjue frimodige deltagere.

TEKST: BJARTE RIMEHAUG FOTO: SUSANNE DOMMERSNES SIVERTSEN

Kirke var gjort om til kafé med småbord og servering av scones og te. Det var god stemning og mange som tok sjansen på å bevege seg ut av komfortsonen med å bidra med framføringer.

I tillegg til mange egenskrevne låter og dikt, ble det sunget låter av blant andre Bob Dylan, Trygve Skaug, Lillebjørn Nilsen, Ole Paus og Joan Baez. En coverversjon av «A moon is a harsh mistress» fra Radka Toneffs Fairytale startet andre avdeling av kvelden. Den kjente jazzvokalistene har fått en vei ved Prinsdal/ Kolbotn oppkalt etter seg.

Og kvelden ble rundet av med Lillebjørn Nilsens «God natt Oslo» som allsang. Vi fikk hjelp av Dag-Olav Sivertsen med god lyd på visekvelden. Låtene fikk tonefølge av flygel, diverse gitarer, kontrabass og fløyte. Ryktene om visekvelden hadde spredd seg et stykke utover, og deltagerne kom fra blant annet Ytre Enebakk, Mortensrud, Ljan – og Canada, i tillegg til mange fra nærmiljøet.

Kanskje visekveld med åpen mikrofon én gang i året er litt for sjelden. Arrangementet gir en trygg mulighet for alle til å kunne dele skjulte skatter og talenter.



Prinsdal skole.

REKTOR ANNE ROLAND:

ALLE MÅ VÆRE MED

– OPPTATT AV INKLUDERENDE
UNDERVISNING OG TILPASSET OPPLÆRING

Anne Roland har vært rektor på Prinsdal skole i halvannet år. Her blir du bedre kjent med henne og hennes tanker om det beste med skolen, noen utfordringer og ikke minst aktuelle saker.

– Hvem er du, Anne?

– Jeg er 56 år og bor på Sæter med mann og tre barn – en på ungdomsskolen og to på videregående. Jeg vokste opp i Kristiansand (dialekten kan fortsatt slås på!) og på Holtet, gikk litt på lærerskole og tok fag på Blindern. Jeg var usikker på hva jeg ville satse på, og prøvde å jobbe et år som lærer på Ila ungdomsskole. Jeg endte opp med å elske det fullstendig og ble der i 17 år!

– Hvordan ble du rektor?

– Jeg ble spurt om jeg ville ta rekrutteringskurs for skoleledere, og syntes det var spennende. Etter noen år som inspektør

og assisterende rektor på Marienlyst og Lambertseter var tiden moden for å prøve rektorjobben. Muligheten dukket opp på Toppåsen, hvor jeg var i seks år før jeg kom til Prinsdal.

– Hvorfor ville du til Prinsdal skole?

– Jeg trivdes godt på Toppåsen, og det var en spennende tid med blant annet bygging av gymsal og administrasjonsbygg etter en brann. Etter hvert ville jeg prøve å lede en litt større skole. Jeg kjente forrige rektor Kjersti Vågmo og også noe til Prinsdal, og syntes dette var en spennende jobb.

– Hva liker du å gjøre når du ikke er rektor?

– En rektorstilling tar mye tid, så jeg prioriterer familien og å være mye ute i friluft sammen. Vi har en hytte rett ved Hardangervidda som vi bruker året rundt, og som gammel sørlending liker jeg sjøliv. Jeg trives med hagearbeid – den fysiske jobbingen i frisk luft. Mine brødre har også endt opp i Osloområdet, så storfamilien treffes. Hvis det er noe tid igjen, liker jeg også å gå på kunstutstillinger og å lese og høre musikk. Til slutt må jeg innrømme at det også blir litt skoleprat på fritiden, siden mannen min har en fortid som lærer!



Rektor Anne Roland i det flotte biblioteket.

Prinsdal skole – styrker og utfordringer

– Hva er det beste med Prinsdal skole?

– Tre nøkkelord er menneskene, beliggenheten og biblioteket. Det viktigste er menneskene: Vi har veldig flotte elever, en meget aktiv og støttende foreldregruppe og et engasjert og dedikert personale – både lærere, assistenter og øvrige ansatte! Skolens beliggenhet ved skogen og idrettsanlegget er fantastisk, og gir så mange muligheter for læring og lek. Hele området med Grønliåsen er en perle – kanskje litt uoppdaget for mange i Oslo. Og så må jeg fremheve vårt magiske skolebibliotek, som foreldrene på dugnad har tegnet og pusset opp, med økonomisk støtte blant annet fra Lions. Her er det lagt godt til rette for høytlesning, og biblioteket lånes også ut til arrangementer slik som spillkvelder i regi av foreldre.



Vaktmesterboligen (til venstre) som skal rives.

INTERVJUET



Alle elevene skal oppleve at de mestrer noe og er en del av klassefellesskapet. Mestring gir motivasjon og motivasjon gir mestring, og elevene tør å strekke seg litt lenger.

> – **For noen år siden ble skolen bygd ut og uteområder ble pusset opp. Hvordan har det fungert?**

– Det nye hovedbygget er kompakt og smart laget, og har plass til administrasjon og kjempefine klasserom for 4. og 5. trinn. Vi fikk egen ballbane, som brukes flittig. Så det ble veldig bra, og skolen er nå godt dimensjonert for elevmassen.

– **Har skolen noen utfordringer?**

– Skoleveien er et stort problem. Fortau mangler, og i vinter var det kjempeskummelt med biler som skled og store brøytekanter som tvang elevene ut i veien. Elevrådet inviterte lokalpolitikere for å se på situasjonen. De kom og stod trafikkvakter sammen med oss. Elevrådet vil jobbe aktivt med dette fremover. En annen «fysisk» ting er at den gamle vaktmesterboligen er helt forfalt og bør rives så den ikke blir et sikkerhetsproblem. Vi er i dialog med Undervisningsbygg om det. På det ledige arealet kunne vi gjerne tenkt oss en skolehage. Ellers er jo skolen påvirket av problemer i samfunnet, slik som krig i Ukraina og Midtøsten. Vi må ta vare på hverandre og gi trygghet og rom for alle.

– **Hvilke ambisjoner har du for skolen?**

– Skolen skal både utdanne og danne elevene til gode og reflekterte samfunnsborgere. Skolen skal være et godt sted å være, hvor alle opplever å være en del av fellesskapet. Det faglige og sosiale henger tett sammen. Derfor er vi opptatt av inkluderende undervisning og tilpasset opplæring. Alle elevene skal oppleve at de mestrer noe og er en del av klassefellesskapet. Mestring gir motivasjon og motivasjon gir mestring, og elevene tør å strekke seg litt lenger.

Aktuelle saker

– **Har dere noen spesielle satsinger nå?**

– Prinsdal er pilotskole i StøDig, et nytt fagtilbud for bruk av digitale verktøy som programmer på iPad/læringsbrett. StøDig skal hjelpe oss i lese-, skrive- og språkoppplæring, og forskere følger med på hva vi får ut av å bruke slik teknologi. Jeg mener digitale verktøy gir store muligheter for god læring om de blir brukt på riktig måte, og kan hjelpe til å gi bedre individuell tilpasning. Digitale ferdigheter er også en del av læreplanen. Samtidig er det noen fallgruver, som har vært godt fremme i samfunnsdebatten. Derfor er det så spennende å jobbe forskningsbasert. StøDig-prosjektet skal munne ut i en ny anbefaling om hvordan Oslo skolen skal bruke digitale verktøy. Men jeg vil understreke at elevene fortsatt skal lese fysiske bøker og skrive for hånd.

– **Jeg ser ellers at dere legger ut mange aktuelle saker på skolens nettsider?**

– Ja, nå har vi nylig hatt Talentiade med hele 28 deltakere, både enkeltelever og grupper. Dette er en tradisjonsrik og stor happening og binder skolen sammen. Elevene får vise andre ferdigheter og skinne på andre måter. Og det gjør de virkelig! Videre

jobber alle trinn med det vi kaller «Prinsdalsprosjektet», hvor vi utforsker ulike temaer som lokale insekter, frosker og småkryp, oldtidsveien og lokalhistorie. Andre viktig arrangementer for oss er Europakveld om ulike land og boknatt med forfatterbesøk og overnatting på skolen.

– **Til slutt, hvordan er det å feire 17. mai med Prinsdal skole?**

– Første gang var i fjor, og det var fantastisk! Det begynte tidlig på morgenen, hvor elevrådsleder talte og skolekoret sang. I år kommer korpset på morgenen, før vi går i bussene ned til byen for barnetoget. Vi har en utrolig fin flaggborg, og det er verdens beste og stolteste jobb å gå i tog med elevene, avslutter rektor Anne og ser veldig fornøyd ut ved tanken!

TEKST: KNUST SANDAL

BILDER: SVEIN MYHRE OG PRIVAT



Anne Roland (56)

- Bor på Sæter med mann og tre barn
- Utdannet på lærerskolen og Universitetet i Oslo
- Har tatt rekrutteringskurs for skoleledere
- Har tatt ledelse på BI - master of management program i Ledelse og omstilling i skolen
- Har jobbet 17 år som lærer på barne- og ungdomstrinnet
- Undervisningsinspektør på Marienlyst skole
- Assisterende rektor på Lambertseter skole
- Rektor på Toppåsen skole i 6 år
- Rektor på Prinsdal skole fra høsten 2022

DIKT

STOR OG LITEN GUT

Ei varm barnehand i mi
Luggen bleikt av sola
Sjolv ein liten gut har ord
som er skjerpa av røynsle
Så mykje han veit og tenkjer på
i det vesle livet sitt

Sidan ventar eg på teikn
Ei melding, ein telefon

«Eg har det fint, mamma
Me dreg ut og fiskar»

No byrjar resten av livet
Bølgene slår og slår
medan motet og viljen bankar
i den unge kroppen

Maj Volden

SØNN

Kjør båten langsomt, sønn
Er du redd, mor?

Nei
Jeg vil bare at turen skal vare lenge

Maj Volden

MITT BARN

engang var du så liten
at du passet i mine to hender
og fylte mitt hjerte til bristepunktet
så vokste du deg ut av disse hendene,
langt bortenfor dit mine armer rekker
og bare hjertet mitt
vokste og formet seg
etter deg

du lever langt borte
og du lever i meg
du er like dyrebare
begge steder

trå varsomt
og bli deg

Robert Tjomlid

15. treffet

15. mai var over 100 personer samlet til to-årsmarkeringen av femtendetreffet. Dette var den største happeningen så langt, etter to år med den sosiale møteplassen ved Speiderhytta.

Folk kom fra nær og fjern, og ekstra stas var det at utflyttet Prinsdøl Egil Berg stilte med band så livemusikken strømmet utover den gamle skytebanen.

– Femtendetreffet har blitt slik vi vil det skal være: ett mimre- og samlingssted for kjente og kjære. At Egil Berg og hans musikere ville bruke denne vakre vårdagen med musikk til glede for både oss, hester og naturen rundt – er en stor ÆRE. Takk, sa Tore Burud, en av initiativtagerne til femtendetreffet.



Godt om folk på plass ved Speiderhytta, på femtendetreffet i mai.

Egil Berg og musikere underholdt med vakker musikk til glede for alle oppmøtte.

Foto: Mathilde Thue

Foto: Svein Myhre



Barnas



Fargelegg!

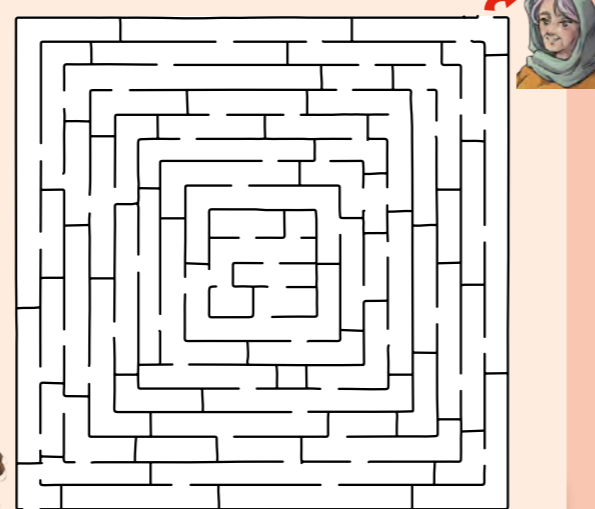
Tegning: Chiara Bertelli



Finne 10 guttenavn

Let bortover og nedover. Finner du alle?

K	E	Y	J	E	S	U	S	J	N
A	K	S	E	L	T	S	S	O	I
E	S	P	E	N	H	A	T	H	S
R	M	O	R	T	E	N	K	A	A
L	J	Y	M	T	O	D	D	N	K
I	F	V	C	T	D	E	W	N	A
N	K	S	K	K	O	R	K	E	F
G	R	H	U	J	R	Q	A	S	M
O	U	X	J	P	J	W	P	I	E
F	D	Z	T	H	O	R	O	T	A



Labyrint

Kan du hjelpe Maria å finne veien til Elisabet?

Gi barnebladet Barnas til et barn du er glad i!

Disse oppgavene er hentet fra bladet.

Bestill abonnement på sondagsskolen.no eller 22 03 71 00

Hvilken høne har ikke fjær?
Svar: Marihøna

Vits

Finne fem feil

Her forteller Gabriel Maria at hun skal bli mammaen til Jesus. De to bildene er nesten helt like, men kan du finne de fem feilene på bildet til høyre?



Tegning: Chiara Bertelli



Foto: Torhild Myhre-Nielsen

Elisabeth Rosenberg fra Husflidslaget lærer bort stopping.

Godt besøkt klesbyttemarked

I midten av april arrangerte kirka klesbyttemarked for femte gang. Dette har blitt et sikkert vårtegn, og er en super anledning til å få ryddet i skuffer og skap. Ikke minst er det en kortreist måte å skaffe seg noe nytt på en bærekraftig måte!

Konseptet med klesbytte er enkelt; man leverer inn et visst antall hele, pene og rene klær, sko, vesker og besletter som man gjerne ville byttet til seg selv, og får en kvittering tilbake. Når man har funnet noe man vil bytte til, leverer man inn byttelappen og tar med seg noe annet hjem. I år som i fjor, kunne man også bytte til seg stiklinger, og det var det flere

som benyttet seg av. Mens man ventet på at det skulle komme inn aktuelle plagg, kunne man kjøpe sveler i kaféen, lære seg å stoppe i stoppekroken som Husflidslaget i Søndre Nordstrand hadde rigget seg til, eller handle hos Brukt & Grønt i kjelleren. Klesbyttemarkedet var i år på en onsdag ettermiddag, og dette så ut til å påvirke besøkstallet positivt.

Varm 17. mai-feiring

Grunnlovsdagen ble en av de varmeste dagene i mai, men Prinsdal Toppåsen skolekorps holdt stand! I varme uniformer og med stor entusiasme gledet de lokalmiljøet med marsjering og spill fra Toppåsen, via skolen og Lerdal til seniorsenteret.

Foto: Hans Christian Gunneng



Påskeleir på Bjorli

Tradisjonen tro reiste ungdomsarbeidet Sjibbolet til Bjorli på påskeleir første halvdel av påskeferien.

I år reiste vi med 42 ungdommer fra alderen 14 – 17 år. Vi koste oss med påskekrim, påskequiz og vi lærte om påskedagene. Og ikke minst, vi var ute og sto masse på ski! Vi gleder oss allerede til neste år!



Det er gøy i slalombakken på snøfylte Bjorli.



Hele leirgjengen samlet foran Bjorliheimen hotell.

LEVER FOR HAGE

Sommerhytta-dommer Espen Skarphagen lever for hage. Han er opptatt av biologisk mangfold og det uperfekte. – Senk skuldrene og nyt hagen, er hageekspertens råd.

TEKST: SUSANNE DOMMERSNES SIVERTSEN FOTO: ESPEN SKARPHAGEN OG TV2

Fra sin lille oase i sognet vårt, jobber og lever hageekspert Espen for og av hage. I det vi går inn porten hans kan vi ikke unngå å legge merke til at til og med huset hans er grønt. Mannen med de grønne fingrene kan ikke få nok av sjeldne vekster, frø, spirende tomatplanter, lubne georginer – og elsker å stelle i den frodige hagen sin.

Ny retning

Ved foten av et hjertete ligger dammen

som Espen selv har bygd opp. Sola speiler seg i vannet som er fylt med store karper som endelig har sluppet ut, og liljer og ulike eksotiske planter danner rammen rundt den sildrende dammen. Denne hagen har Espen bygd opp fra bunnen av, og man kjenner med en gang at her er det godt å være.

Selv om Espen er en travel mann, har han ryddet tid til et intervju med Kongeveien innimellom Sommerhytta-innspillinger, innholdsproduksjon og forberedelser i

egen hage.

– Hvis du kan skrive, så maler jeg husveggen og snakker, sier Espen, som gjerne stiller opp for nærmiljøet. Før jul sa han opp jobben sin som innholdsprodusent for å kunne jobbe mer med hage gjennom ulike oppdragsgivere som han har etablert gjennom årene. Når vi er på besøk forbereder han utekjøkkenet til innspilling av reklame for en innholdsprodusent han har gjort avtale med.

– Jeg er opptatt av at de leverandørene jeg gjør filmer for, har en naturlig plassering med det jeg gjør med merkevaren min. Det skal henge sammen med min profil, sier Espen som har jobbet med



» For meg er det viktig å ta vare på planter og dyr i naturen. Hvis jeg skulle ha en livsoppgave, så må det være det.

Espen synes det er artig med store planter. De krever litt stell og tålmodighet, men vokser fort.



merkevare i mange år. Å si opp fast jobb var ganske brutalt, men noe hageentusiasmen hadde tenkt på en stund.

– Jeg hadde satt i gang en del prosesser før jeg sluttet, og har beholdt samarbeidet med ABC Startsidene, som jeg nå freelancer for. Det har vært veldig gøy å jobbe som innholdsprodusent. Det har gitt meg gode kollegaer, mye god kunnskap og nyttig lærdom, sier Espen, som gjennom oppdragene kan beholde kontakten med noen av de gode kollegaene sine.

Tidlig krøkes

Espen Skarphagen er født i Oslo, men har vokst opp med to søsken og foreldre med stor hage i Kragerø. Allerede som 6-åring fikk han sitt første blomsterbed, og siden har han dyrket. Særlig Espens mormor var viktig og en stor inspirasjonskilde for den hageglade gutten. Henne hadde han i livet sitt helt til han var 40 år, og det har betydd mye.

– Vi to raida hagesenter og diskuterte planter, så det var utrolig trist å miste mormor, forteller Espen, som fortsatt har en plante han har fått av mormoren i hagen sin. Selv om foreldrene hans har yrker som sykepleier og byggingeniør,

deler de sønnens interesse for hage, og det blir mye plantesnakk i familien.

– Det er fint å ha familie som deler interessen min, og de synes det er veldig stas at jeg er dommer på Sommerhytta, forteller Espen, som føler han har den største heilagegjengen der hjemme.

– Hva har du med deg fra oppveksten?

– Jeg er vokst opp med kompostering, deling av planter og stiklinger siden jeg var 6 år. Denne delingskulturen; arveplanter som jeg liker å si, tar jeg vare på, og deler gjerne planter med nevøer og nieser. Det er en fin ting å ta vare på planter. Jeg har en peon i hagen min som har vart gjennom to verdenskriger, som har pyntet mange bord og vært i mange sosiale lag hos min mormor.

Omskolering

Egentlig hadde han lyst til å bli marinbio-

log eller veterinær, men endte opp med å ta gartner og dekoratørskole i Danmark og så fagbrev blomsterdekorator i Oslo. Etter å ha drevet en blomsterbutikk i Stockholm i noen år, utviklet Espen allergier, og kunne ikke lenger jobbe så tett på blomster. Det var omskoleringen innen media og merkevarebygging som

førte han til magasiner, og jobb i Dagens Næringsliv.

Der drev han med kommersiell markedsføring og hadde store kunder som Rolex og Cartier som tok han til byer som Amsterdam og Geneve.

– Jeg var i kontakt med mye spennende folk, og lærte mye om merkevarebygging som jeg kunne bruke når jeg senere skulle bygge min egen merkevare.

Senke krav og skuldre

Espen Skarphagen er etter hvert blitt kjent som hagebloggeren SkarpiHagen og for podcasten Grøntpodden, som han





Aprikoser er fullt mulig å dyrke i nærmiljøet vårt.

har sammen med tidligere kollega Marianne Heen Johnsgård. Han har også gitt ut bok. Starten på SoMe-karrieren sprang ut fra eget savn etter informasjon.

– Jeg savnet en nettside som hadde god informasjon om hage og dyrking. Jeg begynte i 2016 og samlet informasjon fra nettet og bygde på mine egne erfaringer. En kollega sa til meg «Du har jo navnet», og slik oppstod SkarpiHagen, forteller Espen, som har sine forbilder blant bloggerne.

– Trines Matblogg har gjort mye bra med merkevaren sin. Hun er tydelig, lett å skjønne og har lagt opp til at folk skal lykkes. Hun kommer med tips og råd som gjør at folk får det til med relativt lave skuldre. Sånn vil jeg også ha det, sier hagebloggerne entusiastisk. Med sine innlegg ønsker han å avmystifisere dyrkingen. Det er ikke så vanskelig, og det er ikke så mye som skal til for å lykkes. Jeg ser at flere vil lære, og tenker at hvis de opplever mestring, vil de prøve mer. Jeg får tilbakemeldinger om at folk får til dyrking, og da blir jeg ekstra glad, sier den sympatiske

hageentusiast.

Sommerhytta

Mens sola skinner og veggen males kommer vi inn på det nyeste oppdraget Espen har, og som gjør at han er på norske tv-skjermer fire dager i uka. I fjor tok han over etter Finn Schøll som dommer og fagperson på Sommerhytta på Tv2, og denne våren sendes episodene. Å være dommer har vært en udelt positiv opplevelse, forteller Espen.

– Jeg får positive tilbakemeldinger og er glad for å høre at folk liker det jeg gjør og at jeg fremstår som kompetent. At folk opplever at de får råd ved å se på Sommerhytta, var akkurat det jeg håpet på.

– Hvordan var det å ta over et Finn Schøll?

– Det var spennende å ta over etter en som har vært med i 7 sesonger, og jeg har vært opptatt av å gjøre oppgaven på min egen måte. Aina og Lars (meddommere red.anm) har tatt imot meg med åpne armer. Jeg har fått en fantastisk velkomst av dem og av programleder Cathrine, og vi har

blitt gode venner som jeg gleder meg til å jobbe med.

Selv om Espen har vært i media i mange år, har han ikke vært med på en så stor produksjon tidligere.

– Det var mye indre uro de første dagene, medgir Espen, som heldigvis ble trygget av kollegaene sine. Han synes det er gøy å få være med på en produksjon med vanlige mennesker som skal gjøre sine greier, og tar dommerjobben med stort alvor.

– Det står om en stor premie, en hytte til 2,4 millioner, så jeg tenker på det når jeg dømmer. Jeg har selv vært en ivrig seer, og har sett alle sesongene av Sommerhytta. Jeg har nok tenkt at mye sikkert er klippet til, men jeg ser nå at det er beinhard jobbing og er imponert over deltagerens innsats. Da skal i hvert fall jeg levere på min jobb og bruke min stemme på de som har vært best, sier dommeren.

– Når min gullhammer skal deles ut til slutt, ser jeg på totalen. I sesong 2024 er jeg sikker på mitt valg, kan Espen fortelle.

Han synes alle fortjener å vinne på innsatsen, og røper at det blir spennende på slutten. Han er i gang med innspilling av sesong 2025, og må skille sesongene fra hverandre. Likt for begge er at deltagerne har en bratt læringskurve. I uke 4-5 begynner det å skje ting. Da begynner de å bli flinke, også på Espens fagfelt. Han er opptatt av å lage et miljø for plantene, av sirkulær tankegang og jordhelse og prøver å løfte frem det han kan til deltagerne.

– Det er moro når de skjønner hva jeg snakker om. Når de bruker god jord, gir god plass til plantene og tenker på bio-mangfoldet, sier Espen.

Han deler velvillig gode råd og tips til hvordan få en bievennlig hage.

– Bruk gjerne blomster med lang blomstringstid, eventuelt blomster som overlapper hverandre. Et annet tips er å plante åpne blomster, som kosmos, pyntekorg, kjempeverbena og georginer som er åpne i midten. Blomster som er fylt, som roser og tettfylte georginer er ikke så bra for biomangfoldet.

Maximalist

Når det kommer til hage, er Espen Skarphagen ingen minimalist. Jo mer planter, jo bedre er det, synes Sommerhyttadommeren, som har over 100 kaktuser/sukkulenter i hagen på denne tiden. Han sørger for at det alltid er noe som



Delingskultur er en god ting. Jeg er opptatt av at alle, uansett etnisitet, alder eller økonomi skal kunne bygge opp en hage.

blomstrer, og på våren unner han seg litt «kjøpt lykke» i form av perleblomster eller krokus. Et annet godt tips han deler, er å plante løkblomster som svibel og amaryllis ut i hagen etter å ha tatt vare på dem i et mørkt rom over vinteren. Selv har han akkurat plantet ut en amaryllis, og fryder seg over at den på denne måten får lenger levetid.

– Ved å tenke kreativt, kan vi bruke plantene så lenge som mulig. Plantene har et grunnleggende ønske om å leve. Hvis vi legger til rette for det, har vi dem i årevis. På denne måten, og ved å dele stiklinger, kan vi spare mye penger, mener hagebloggeren, som er opptatt av at alle, uansett etnisitet, alder og økonomi skal kunne bygge opp en hage.

Han heier på kirkas stiklingbytte under klesbyttemarkedet i vår.

– På stiklingbytter kan man gjøre noen kupp, og det er en fin ting å dele med seg. Jeg tenker vi burde ha to stiklingbyttedager i året; et tidlig vår og en staudebyttedag tidlig på høsten.

Rekreasjon

Espen holder mange foredrag og er opptatt av vi må finne planteglede uavhengig av hva andre synes. Han mener hagen

skal være et sted hvor man kan kose seg.

– Vi skal ikke sammenligne oss med andre på sosiale medier – det kan virke stressende. Innleggene som kommer opp der er ofte øyeblikksbilder, og kanskje ser det helt annerledes ut på den andre siden. Hvis man nesten ikke kan sette seg ned, da trives ikke folk i hagen. Hagen skal ikke være perfekt, det skal være hygge og rekreasjon. La oss senke skuldrene og ha det bra. Jeg prøver noen ganger å vise at «dette fikk jeg ikke til». Det er viktig å tenke på at vi har med levende materiale å gjøre. Vi har alle godt av å ikke være så strenge med oss selv, oppfordrer han.

Espen deler hage og hus med samboeren Frode. Selv om de ikke deler den store interessen for hage, er Frode glad i blomster og liker å være med og planlegge.

– Han ville nok hatt en balkong med blomsterkasser om det var opp til han, men han koser seg ute i hagen. Jeg vil ikke tvinge han til å dele min interesse, men synes det er fint at han fyller livet med korsang og musikk og at han holder styr på det sosiale livet vårt. Det blir en bra balanse.

Frode og Espen liker å nyte hagen mest mulig når den er på sitt fineste på som-



Blomster kan gå i arv. Dette pengetreet satte Espens mor som stikling for han var født.



Karpedammen er senteret i hagen som Espen har bygd opp selv. Her nytes sommerkveldene.



Espen Skarphagen (53)

- Hageekspert
- Opprinnelig fra Kragerø, har bodd i Søndre Nordstrand siden 2011
- Utdannet gartner og blomsterdekoratør
- Har jobbet som medierådgiver for Schibsted Forlag, kommersiell produktsjef for Dagens Næringsliv og som innholdsprodusent på ABC Startsidene
- Har gitt ut boken «Skarp i hagen» og skriver om hage i flere tidsskrifter
- Er nå selvstendig næringsdrivende for Skarp i Hagen og driver podcasten Grøntpodden
- Aktuell som dommer på Sommerhytta på Tv2

merer, og drar ikke på lange ferier i juli. Da vil de kose seg med resultatet.

– Hvordan har du det på vinteren når snøen dekker alt det grønne?

– Vinteren er en tung periode. Den er forferdelig oppskrytt! Hadde det vært opp til meg, hadde jeg flyttet til varmere strøk. Men jeg bruker tiden til å se på bilder, deler inspirasjon i kanalene mine, lager innhold og skriver i ulike magasiner. Jeg går og ruger på en ny bok, og det kan jeg gjøre på vinteren.

– Har du noen hageråd til den typiske Prinsdalslshagen?

– Vi har en god klimasone her, så det er få begrensninger i hva vi kan plante. Jeg har både druer, fersken og aprikos i min hage. Mange tror nok at slike planter er forbeholdt sydligere strøk, men det er det ikke. I fjor høstet vi 60-70 kilo aprikoser fra treet vårt. Et annet tips er å kombinere pryddyr og nytte ved å kombinere bær/frukt med blomster som dvergkiwi og kjempeverbena. Hvis du har mye fjell i hagen, som jeg har, er det lurt å lage ny jord ved å bruke plantemateriale på nytt. Lag kvistkutt og kompostér det. Del også planter som fungerer hos deg i egen hage. Setter du dem flere steder i hagen, føles det ut som flere, deler Espen.

Hans beste råd om du akkurat har kjøpt

hus og hage, er å bruke det første året til bare å observere.

– Notér hva som kommer opp. Selvfølgelig, hvis man vet man skal bygge terrasse, så gjør man det, men bruk tid på å lage en skisse over plantene. Når det er gjort, kan du kjenne etter på hvilke behov du har i hagen. Vil du ha terrassen et annet sted? Trengs det en levgg for å hindre innsyn? Et godt råd etter det er å ikke begynne på alle endringene på én gang. Da kan man fort bli overveldet og miste motivasjonen. Ta heller ett og ett område, men tenk samtidig langsiktig. Hvis du vet du vil ha et tre et spesielt sted, så plant det så tidlig som mulig. Det lønner seg å jobbe seg ut fra huset, og sette områder lenger unna nederst på lista. Stauder er lurt og økonomisk, og plant dem gjerne i krukker, men legg da gjerne til en klimasone, siden de tåler mindre i trange krukker.

– Du som er omgitt av skaperverket hele tiden, gjør du deg noen tanker om hvor dette kommer fra? Og hva slags forhold har du til kirka?

– Jeg har hatt noen dårlige opplevelser med kirka knyttet til homofili. Blant annet fikk jeg beskjed fra en lærer da jeg var 8-9 år at jeg kom til å havne i helvete. Det var krevende å finne sin egen identitet der jeg vokste opp. Jeg meldte meg ut av kirka for en del år siden; jeg følte meg

ikke velkommen. Men jeg tror på at det finnes noe altomfattende, noe som er større enn oss selv. Og jeg prøver å gjøre de gode tingene. Som regelen om at man skal være mot andre slik du vil at andre skal være mot deg. Samtidig ser jeg en større toleranse og åpenhet rundt homofili nå, og jeg tror på nestekjærlighet og det å respektere andre mennesker. Noen ganger blir jeg overveldet av skaperverket, og tenker at det kommer fra et sted, men hvor vet jeg ikke. Man kan bli litt religiøs av de flotte mekanismene i naturen; helt bergtatt av alt det flotte. For meg er det viktig å ta vare på planter og dyr i naturen. Hvis jeg skal ha en livsoppgave, så må det være det, avslutter Espen Skarphagen.

DET LOKALHISTORISKE HJØRNET

av Tore Burud

Området vårt, bydelen vår Hauketo og Prinsdal og nærliggende distrikt har virkelig ofret gamle steder og gårder og hus de siste årene. Det gamle må vike for nyere ting. Sånn er det bare. Dessverre. Heldigvis er Grønliåsen med oldtidsveien fredet. Eller...?

Bildene viser steder som er totalt fjernet fra jordens overflate.



Holstad gård, Klemetsrud. (Jernbanetunnelen Oslo-Ski). Foto fra 1980.



Myrer gard, Klemetsrud. (Tunnelen Oslo-Ski). Foto fra 1994.



Småbruket Åsland, Klemetsrud. (E6). Foto fra 1975.



Det gamle branntårnet på Grønliåsen. Bella og Knut Burud har kaffekos i topprommet. Nytt tårn kom i 2019. Fotoet er fra 1932. De sitter ca 226 meter over havet – 215 meter over havet pluss 11 meter tårn. Det gamle ble revet i oktober 1961.



Plassen Rydningen. Hauketo/Holmlia. (Ljabrudiaagonalen). Foto fra 1940.

KONGEVEIEN

Ny giv i Prinsdal: Her blir det bakeri med kafé!

Vår i skogen -94

Frels oss fra det onde (9)

Tusen spørsmål

GI TIL NY KIRKE! BANGIRO: 9235.10.09618 POSTGIRO: 0801 5015228

KONGEVEIEN FOR 30 ÅR SIDEN:

Faksimile av nr 6 i 1994.

Ring oss på:
22 33 22 33

PIZZA BARONEN
22 33 22 33

Mer enn bare pizza!
Til 03.00

baronen.no

HOLMLIA tannlegekontor

Holmlia sentervei 12

Tannlegene

HENNING MOEN LØVAAS

og

UNAI MANGAL

Tlf.: 22 61 42 08

adm@holmliatannlegene.no

www.holmliatannlegene.no



GRAND TAJ RESTAURANT

NEDRE PRINSDALSVEI 77 1263 OSLO

Vi ønsker hjertelig velkommen til vår indiske restaurant i trivelige lokaler i Prinsdal!

Bestill online og få opptil 30% rabatt!

Middag til under 100-lappen!

Vi tilbyr:

- buffét fred-sønd fra kl 17-21
- god mat etter à la carte meny
- selskaper
- catering
- bordbestilling
- utkjøring

VELKOMMEN ALLE DAGER KL 15-22

mail: post@grandtaj.no www.grandtaj.no tlf 22284444

Gunnar Ruud

Catering - Selskapsmat

Stort eller lite arrangement
Du kan være trygg når maten kommer fra

Gunnar Ruud

Se vår innholdsrike meny på
www.gunnarruud.no

Matglede til hverdag og fest!

www.gunnarruud.no
Tlf. 23 30 25 00

Følg oss på facebook

- Snitter
- Koldtbord
- Tapas
- Fingermat
- Middager
- Gryteretter
- Forretter
- Dessert
- Grillmat
- Kaker
- Brød
- Overtidsmat
- Lunsj- og møtemat

Hei beboere i Hauketo/Prinsdal og omegn!



Vi rekrutterer nå nye medlemmer eller hjelpere

Vil du bidra i lokalmiljøet? Vil du være med å skape aktiviteter for barn og unge i vårt nærmiljø? Liker du å glede andre?

Vi rekrutterer nye medlemmer, og vil gjerne ha deg som bryr seg om medmennesker i vårt lokalmiljø, og har lyst til å bidra!

Prosjektet "Bedre å Bygge Barn og Unge enn å reparere voksne" (BBBU) ble startet i 2019 med støtte fra Bydel Søndre Nordstrand.

Målet med prosjektet og tiltakene er å forsterke arbeidet med å inkludere flere barn og unge i forskjellige fritidsaktiviteter i vårt nærrområde.

Vår lokale klubb har valgt å samarbeide med og støtte skolene, HIF og de frivillige organisasjonene, for å få flere barn og unge med i forskjellige fritidsaktiviteter.

Gjennom dette prosjektet har vi svømmeopplæring. Jenter og gutter i ungdomskolen har fått et tilbud om fysisk aktivitet utenom lagidrett (Boot Camp). Vi har støttet HIF's ballskole og gitt gratis tur til Tusenfryd. Gjennom Lions VBU (Velferdstiltak for Barn og Unge) har vi arrangert flere dagsturer som f.eks. til Langedrag.

Klubben har også bidratt med midler til å pusse opp og ta bruk biblioteket på Prinsdal skole, "Det magiske skolebiblioteket".

Er du som mor, far og besteforeldre opptatt av at barn og unge får gode oppvekstvilkår i vårt lokalmiljø, **kontakt oss!**

Lions er gode venner som hjelper andre!

Besøk vår hjemmeside: <https://oslo-hauketo.lions.no>
Epost: oslo.hauketo@lions.no

Lions – Meningsfylt fritid for engasjerte mennesker

FASTE AKTIVITETER

I HAUKETO-PRINSDAL MENIGHET



FOR BARN OG FAMILIER

BABYSANG

Annenhver tirsdag (i oddetallsuger) kl 11–13 inviteres foreldre med baby (0-1 år) til kirken for sang, bevegelse, fellesskap og lunsj. Kontaktperson Cecilie Trogstad Bomstad, cj784@kirken.no

HP Kluzz

Et tilbud til familier og barn i alderen 2-12 år. HP Kluzz møtes tirsdager kl 17-18:30 i oddetallsuger – enten i kirka eller ute i naturen til lek og aktiviteter. Samlingene starter med middag, og avsluttes i kirkerommet. HP Kluzz drar også på Kid Sing Show og barnefestivalen, og har overnattingsturer til Lysern og Strandheim leirsted.

Kontaktperson: Karianne Stokke Gjerstad, telefon: 41476403, mail: karianneg@kfuk-kfum.no

FØRSTEKLASSES

Et tilbud til deg som går i første klasse. Fire samlinger på våren etter skoletid, med mat, lek, bibelfortelling og formingsaktivitet. Barna deltar på gudstjeneste på Maria budskapsdag, hvor de får vist fram hva de har gjort. Opplegget er et samarbeid, og foregår i Holmlia kirke. Vi henter barn fra Prinsdal skole. Kontaktperson: Cecilie T. Bomstad, cj784@kirken.no

FAMILIEGUDSTJENESTER

Flere ganger i semesteret har vi familie-gudstjenester, hvor barn er spesielt invitert og hvor gudstjenesten er lagt i barns høyde. Se gudstjenestelisten.

FOR UNGDOM

HåPe – SJIBBOLET (UNGDOMSARBEID)

HåPe – Sjobbolet er et ungdomsarbeid som består av klubb og ulike grupper for dans, drama, teknikk, band og film. HåPe-Sjobbolet møtes i kirka torsdag fra kl 18-20, og drar også på turer, lager forestilling og er et godt fellesskap for ungdom fra 8. klasse og oppover. Konfirmantene deltar fra vårsemesteret.

Kontaktperson: Øystein Wirak (ungdomsleder), oewira@gmail.com

HVILEPULS

Er en ungdomsmesse med lovsang, andakt og bønnevandring som holdes hver torsdag kl 20-20.30 i kirkerommet. Ungdommene får servert kveldsmat etter Hvilepuls (kl 20:30) i menighetssalen.

MILK (Minilederkurs)

Et lederkurs for deg som er konfirmert. Samlinger høst og vår med ulike tema som utvikler tenåringers lederegenskaper. Kursdeltakerne har praksis på kirkenes tiltak for barn og unge. Kontaktperson: Cecilie T Bomstad, cj784@kirken.no

SJIBBO+

Et tilbud til videregående elever med samlinger en søndagskveld i måneden. God mat, lek, tema eller gjest og enkel hvilepuls. Kontaktperson: John Stødle, js556@kirken.no

FOR VOKSNE

PRINSDAL SANGERI

Hauketo-Prinsdals allsidige kirkekor har øvelse hver tirsdag kl 20–22.00. Er du glad i å synge, kom bli med!

Dirigent Hans Olav Baden.

Styreleder: Stephanie Røine stephanie.roine@gmail.com

HYGGETREFF

I Hauketo-Prinsdal kirke den andre tirsdagen i måneden kl 11.30-13:30.

Dagens tema med kort foredrag eller sang, god lunsj, loddtrekning og allsang. Vi tilbyr skyss. Har du lyst å hjelpe til på hyggetreffet – ta kontakt!

Kontaktperson: Susanne Dommersnes Sivertsen, tlf 40814154 eller mail: sd272@kirken.no

BESØKSTJENESTE

Vil du eller kjenner du noen som ønsker besøk? Kirkas prest og diakon snakker gjerne med deg.

Kontaktperson: Susanne Dommersnes Sivertsen, tlf. 40814154 eller mail: sd272@kirken.no

KIRKAS VAFFELTREFF

Et samarbeid som foregår i kaféen på Prinsdal Seniorsenter. Én tirsdag i måneden leder prest og diakon en samtalegruppe som starter kl 14:30 og varer en time. En kort innledning til et tema starter samtalen. Kontaktperson: Susanne Dommersnes Sivertsen, tlf. 40814154 eller mail: sd272@kirken.no

GUDSTJENESTER

I HAUKETO-PRINSDAL KIRKE

JUNI

Søndag 2. juni kl 11

Gudstjeneste med nattverd
Prest: Åse Maria S. Haugstad
Kirkemusiker: Bjarte Rimehaug

Søndag 9. juni kl 11

Gudstjeneste med nattverd
Prest: John Stødle
Kirkemusiker: Bjarte Rimehaug

Søndag 16. juni kl 11

Fellesgudstjeneste i Holmlia kirke

Søndag 16. juni kl 19.00

Sommerkonsert i Hauketo-Prinsdal kirke
Gratis inngang!
Bjarte Rimehaug orgel/flygel
Randi Karlung Fløyte
Thorild L. Nygård sang

I skolens sommerferie blir det felles sommergudstjenester sammen med Holmlia menighet annen hver uke i hver av kirkene.

Søndag 23. juni kl 11

Fellesgudstjeneste i Holmlia kirke
Prest: John Stødle
Kirkemusiker: Birgitte Bjørnstad

Søndag 30. juni kl 11

Sommergudstjeneste med nattverd
Prost, Sigmund Akselsen
Kirkemusiker: Torbjørg Torp

JULI

Søndag 7. juli kl 11

Fellesgudstjeneste i Holmlia kirke
Prest: Anne Berit L. Evang
Kirkemusiker: Lars Fredrik Nystad

Søndag 14. juli kl 11

Sommergudstjeneste med nattverd
Prest: Anne Grete Listrøm
Kirkemusiker: Lars Fredrik Nystad

Søndag 21. juli kl 11

Fellesgudstjeneste i Holmlia kirke
Prest: Åse Maria S. Haugstad
Kirkemusiker: Bjarte Rimehaug

Søndag 28. juli kl 11

Sommergudstjeneste med nattverd
Prest: Åse Maria S. Haugstad
Kirkemusiker: Bjarte Rimehaug

AUGUST

Søndag 4. august kl 11

Fellesgudstjeneste i Holmlia kirke
Prest: Johan Valen-Senstad
Kirkemusiker: Bjarte Rimehaug

Søndag 11. august kl 11

Sommergudstjeneste med nattverd
Prest: Åse Maria S. Haugstad
Kirkemusiker: Torbjørg Torp

Søndag 18. august kl 11

Fellesgudstjeneste i Holmlia kirke
Prest: Åse Maria S. Haugstad
Kirkemusiker: Torbjørg Torp

Søndag 25. august kl 11

Oppstarts-gudstjeneste etter sommerferien
Hele staben medvirker

SEPTEMBER

Søndag 1. september kl 19.30

Kveldsgudstjeneste

Søndag 8. september kl 11

Folketonemesse

Lørdag 14. september kl 11 og kl 13

Konfirmasjonsgudstjenester i Hauketo-Prinsdal kirke

Søndag 15. september kl 11

Fellesgudstjeneste i Holmlia kirke

Søndag 22. september kl 11

Gudstjeneste med grønt fokus & høsttakkefest

Søndag 29. september kl 11

Gudstjeneste med nattverd

OKTOBER

Søndag 6. oktober kl 11

Fellesgudstjeneste i Holmlia kirke i skolens høstferie

Søndag 13. oktober kl 19.30

Kveldsgudstjeneste

ØNSKER DU SKYSS TIL GUDSTJENESTEN?

Kontakt diakon Susanne Dommersnes Sivertsen man – ons på tlf 408 14 154.

LIVSHJULET

27. februar – 7. mai 2024

GRAVFERD

Per Moen
Bjørn Lundgren
Per Viggo Henriksen
Thorbjørn Gunnar Moberg



SPORTS-GUDSTJENESTER I ØSTMARKSKAPELLET

Alle sportsgudstjenestene begynner søndager kl 12. Kafé åpen 11-14, stengt under gudstjenesten.

2. juni: Hans Morten Haugen
9. juni: Jens Bjelland
16. juni: Morten Holmqvist

For oppdatert program og mer informasjon se: www.ostmarkskapellet.no

KONFIRMANTER

I HAUKETO-PRINSDAL KIRKE 2024

Lørdag 14. september kl 11

Fredrik Uttberg Fjørtoft
Mathias Lein
Ruben Grahl Randel
Taiyo Fuseya Skjærven
Philip Teigen Jansrud
Jonathan Olsrud Tolfsby

14. september kl 13

Mia-Aurora Bern-Rudjord
Linnea Madeleine Eilifsen
Emma Sabel Helseth
Amanda Thorsen Helstad
Malin Urke Roland
Donna Dorothea Rykhus
Johanna Jolie Rykhus
Lilly Olava Sneve



For oppdatert informasjon om aktiviteter og arrangementer – følg med på nettsiden og Facebook!

 Hjemmeside: kirken.no/hauketo-prinsdal

 Facebook: /HauketoPrinsdalMenighet

OPPSLAGSTAVLE

DEN NORSKE KIRKE
Holmlia og Hauketo-Prinsdal

Tid for å melde seg til konfirmasjon i 2025!
Se kirken.no/hauketo-prinsdal
for utfyllende info!

Påmelding skjer på minkirkeside.no/oslo

Informasjonsmøte for konfirmanter og foresatte
onsdag 25. september kl.19

Konfirmasjonsgudstjenester i 2025
Lørdag 6. september i Holmlia kirke
Lørdag 13. september i Hauketo-Prinsdal kirke

**KONFIRMAN*
2025**



**AKTIVITETS-
DAG**

Begrensa plasser

Hauketo-Prinsdal kirke
TORS DAG 15. AUGUST
KL. 10-15

AKS HAR PLANLEGGINGSDAG
DENNE DAGEN OG VI INVITERER
TIL EN MORSOM DAG I KIRKA!

**FOR DEG SOM
GÅR I 1.-3.
KLASSE**

**DAGEN
INNEHOLDER**

- Lek
- Skattejakt
- Forming
- Lunsj
- Aktiviteter
- Fortelling

LES MER PÅ NETTSIDEN: WWW.KIRKEN.NO/HAUKETO-PRINSDAL
PÅMELDING INNEN 11.8 TIL POST.HAUKETO-PRINSDAL.OSLO@KIRKEN.NO



Sommerkonsert

Hauketo-Prinsdal kirke
Søndag 16. juni kl. 19

Torhild Larsen Nygård, sang
Randi Karlung, fløyte
Bjarte Rimchaug, klaver

Gratis inngang



Prinsdal Sangeri
Sommerkonsert



PRINSDAL SANGERI
HAYDEN POWELL, TROMPET
HANS OLAV BADEN, FLYGEL/ORGEL/DIRIGENT

HAUKETO-PRINSDAL KIRKE // 9.6. KL. 19:30

MEDARBEIDERSAMLING

Samling for alle som har eller som kan tenke seg å ha en oppgave og bidra på gudstjenester i Hauketo-Prinsdal kirke.

Musikk ved Michael og Bjarte

Hyggelig samtale, enkel bevertning og mulighet for å gi tilbakemeldinger.

ONSDAG 5. JUNI KL.19:30



GRILLFEST
PÅ KIRKEBAKKEN
HAUKETO-PRINSDAL KIRKE

TIRSDAG 11. JUNI
KL 11:30-13:30

BENTE MIDTSVEEN SPILLER TREKKSPILL

GRILLMAT - LODDSALG - ALLSANG

KONTAKT DIAKONMEDARBEIDER SUSANNE OM DU TRENGER SKYSS ELLER HAR SPØRSMÅL
TLF 40814154, MAIL SD272@KIRKEN.NO



Babysang

ANNENHVER TIRSDAG KL. 11:00- 12:30

Babysang er for deg som er i foreldrepermisjon eller ønsker å tilbringe litt kvalitetstid med den lille. Vi synger både kjente og kanskje noen nye sanger. Etter sangen blir det servert enkel lunsj med hyggelig prat.
VELKOMMEN!

APRIL	MAI	JUNI
09. apr	07. mai	04. jun
23. apr	21. mai	18. jun

HAUKETO-PRINSDAL KIRKE

FØLG OSS PÅ FACEBOOK
Babysang Hauketo-Prinsdal



GJENBRUKSMARKED

Brukt & Grønt

♥

TIR & ONS
16.00 - 20.00



Vi tar i mot varer tirsdager fram til kl 20.00
Ting og tang til hus og hjem (ikke store gjenstander eller elektronikk)
Sett de nederst i trappa bak kirka (ikke i skoleferiene)
Hauketo-Prinsdal kirke



Gavlen på kapellet med hovedinngangen og klokkestøpulen til venstre.



Kafébygget i laftet tømmer fra 1954.



Alterpartiet med de tre utskårne og malte figurene av Kristus, Maria og Josef utført av Torvald Moseid.

Hauketo-Prinsdal menighet er en av ti menigheter i Søndre Aker prosti som disponerer Østmarkskapellet. Driften av kapellet skjer i regi av Stiftelsen Østmarkskapellet. På den måten har vi som bor i Hauketo-Prinsdal ikke bare vår egen lokale kirke, men vi deltar også i driften av Østmarkskapellet, en drift som er basert på frivillighet.

TEKST: GEIR THORSNÆS FOTO: SVEIN MYHRE

Bakgrunnen for byggingen av sportskapeller

Et sportskapell er i første rekke et byfeno-men og søker å forene det helsemessige aspektet ved å få folk til å komme seg ut på tur på søndagene, uten at det innebærer å gi avkall på å ta del i søndagens vanlige gudstjenestetilbud. Tanken er med andre ord å kombinere en søndagstur i «Guds frie natur» med det å gå i kirken. Slike kapell ligger derfor gjerne i passende «turavstand» fra nærmeste bebyggelse, kommunikasjonsknutepunkter eller utfartsparkeringer, og det har selvfølgelig alltid vært forventet at til et sportskapell kom en slik en vanligvis var kledd på tur i marka eller på fjellet.

Det har også vært en dominerende oppfatning at ved å bygge sportskapeller kunne en nå lengre med kirkens

budskap enn det en hadde gjennom de ordinære søndagsgudstjenestene alene. Byggingen av sportskapell ble på denne bakgrunn ansett å være et tilskudd til den «ordinære» kirkens forkynnelse og ikke en «konkurrent». I tillegg kommer så de helsemessige og sosiale sidene ved kombinasjonen tur i skogen og søndagsgudstjeneste.

Driften av sportskapellene er basert på frivillighet, både knyttet til selve gudstjenestene (taler, organist, klokker, mv.) og til serveringsvirksomheten før og etter gudstjenesten. Dette kalles å ha «Kapellvakt».

Østmarkskapellets plassering i Østmarka

Østmarkskapellet har en sentral beliggenhet i Østmarka med rimelig adkomst

«Tunet» på Østmarkskapellet, mer eller mindre fylt av besøkende en fin søndag – sommer som vinter.

fra de fleste områdene i prostiet, fra Manglerud og Oppsal i nord til bygrensen i sør. Kapellet ligger på et høydedrag 269 meter over havet, mellom Rundvann og Smalvann som for øvrig er de to øverste vannene i Mossevassdraget.

De mest brukte stiene/skogsbilveiene som fører inn til Østmarkkapellet går fra Rustadsaga i nord, «Skulleruddumpa»/Skullerudstua i nordvest, Mortensrud/Dal-Brenna i vest og Grønmo i sørvest. Bare adkomsten fra Grønmo gir mulighet til å nå Østmarkkapellet med rullestol.

Det er ellers verdt å merke seg at Østmarkskapellet ligger bare rundt 300 meter vest for grensen mot Østmarka nasjonalpark som ble opprettet så sent som i 2023.

Byggingen av Østmarkskapellet

Oslo Indremisjon (i dag Kirkens Bymisjon) syslet tidlig med tanken om å reise et sportskapell i Østmarka og opprettet i den anledning en komité som først på 1950-tallet fikk konkretisert planene og startet byggingen av det første byggetrinnet av Østmarkskapellet. Dette omfattet kafébygget i laftet tømmer (arkitekt Hugo Brustad) og stod ferdig i 1954.

Annet byggetrinn bestod av selve kapellbygget (arkitekt Harald Hille) og stod ferdig i 1957. Dette bestod av to soverom i tillegg til kirkerommet, ett på hver side av inngangspartiet, og var nødvendig for det personalet som skulle ta seg av det praktiske arbeidet knyttet til gudstjenestene og serveringen på søndagene. På denne måten kunne Østmarkskapellet fra 1957 drives noenlunde i samsvar med forutsetningene.

Snart viste det seg at både overnattingskapasitet og antall sitteplasser i Østmarkskapellet tidvis ble i minste laget. Derfor ble en overnattingsfløy tilføyd i 1975. Med denne på plass kunne de to soverommene ved inngangspartiet til

kapellet innlemmes i kirkerommet og øke antall sitteplasser.

Endringene i driftsansvaret for Østmarkkapellet

Med Kirkens Bymisjons økende engasjement på andre områder, ikke minst på sosialsektoren, ønsket organisasjonen ved årtusenskiftet å overføre driftsansvaret for Østmarkskapellet til andre, og valget falt naturlig på Søndre Aker prosti.

I den forbindelse ble Stiftelsen Østmarkskapellet opprettet i 2000. Bak stiftelsen står alle prostiets ti menigheter (sokn), samt Oslo krets av KFUM/KFUK. Stiftelsen ledes av et styre og et råd der styret har det løpende driftsansvaret, og rådet har ansvar for de overordnede og langsiktige retningslinjene for driften. De forpliktelsene dette medfører for menigheten vår er relativt beskjedne, noe erfaringene fra de siste vel tjue



Interiør av kapellet tatt rett innenfor inngangen mot alterpartiet.

ØSTMARKSKAPELLET

> årene har vist. Det er snarere tale om at Østmarkskapellet åpner for nye muligheter for menighetens arbeid, men hittil er disse bare i liten grad utnyttet. Dette gjelder ikke bare for menigheten som sådan, men også for grupper og lag som her har en mulighet til for eksempel å leie kapellet, både til dags- og overnattingsturer.

I denne sammenheng er ikke minst grupper som kan ta på seg kapellvakter med ansvar for tilrettelegging av serveringen/gudstjenestene på søndagen velkomne. Disse betaler selvfølgelig ikke – i motsetning til andre leietakere – noe for leie av kapellet. Grupper, lag og foreninger som identifiserer seg med kapellets verdigrunnlag, kan være kapellvakter. Et viktig element i driftsansvaret for Østmarkskapellet er de felles halvårslige dugnadene som skjer i regi av stiftelses styre. Styret antyder at en deltakelse hvert annet år, ville være flott for dem som melder seg til tjeneste.

Planer det arbeides med på Østmarkskapellet

Styret i Stiftelsen arbeider kontinuerlig både med vedlikehold og forbedringer. For tiden arbeides det blant annet med forbedringer av uteområdene som kan bedre forholdene for dagsbesøkende og overnattingsgjester. Og det arbeides med planer om reising av et utkikkstårn snaut 100 meter sør for inngangen til kapellet. Herfra vil det kunne bli et meget flott rundskue.



Koselig hyttestemming i kafeen!



Benedicte Tveter Kivle, datteren Elise og veninnen Solveig sørget for vaffer og kaffe i kafeen etter gudstjenesten.

En mulighet for den som vil kjenne på hyttefølelse og fellesskap

Visste du at man kan låne Østmarkskapellet i helgene? Alt man trenger å gjøre for å få låne denne lille perlen, er å være kapellvakt en søndag.

Bare en halvtimes gange fra Grønmo og med godt overblikk over Østmarkas skoger ligger Østmarkskapellet. Gjennom årenes løp er det mange familier, vennegrupper og foreninger som har tatt turen inn hit og sørget for nystekte vaffer og klokkeklang når sportsgudstjenesten er over i det koselige tømmerbygget.

Vi har snakket med en som nylig har hatt oppgaven. Benedicte Tveter Kivle tok med seg mannen Per Kristian og yngstjenta Elise (7), og inviterte noen venner som sammen hadde et hyggelig døgn på Østmarkskapellet.

– **Hvorfor valgte dere å være kapellvakter i Kr.himmelfartshelga?**

– Man får seg en tur ut i skogen og

får senket skuldrene. Leirstedet er veldig fint og ordentlig med fine fasiliteter, sier Benedicte, som valgte å tenke på turen som en hyttetur med barn og voksne i trygge omgivelser.

– Slik blir det en anledning for å ha tid i skogen sammen med hyggelige folk, voksne og barn.

– **Hva er bra med å gjøre dette?**

– Stedet er lett tilgjengelig, alt er velorganisert og du blir godt veiledet av instruksene. Og det er enkelt å finne frem på nettsidene. Å være kapellvakt er jo også meningsfylt ved at vi er med på å gi folk en god turopplevelse med fellesskap og kaffekos.

– **Kan du anbefale å være kapellvakt?**

– Absolutt! Dette var vår første gang som kapellvakter, men ikke den siste, hvis vi får lov å komme tilbake, avslutter Benedicte entusiastisk.

AV SUSANNE DOMMERSNES SIVERTSEN

Din lokale optiker Interoptik Holmlia Optometri

Etablert i 1994

Tilbyr grundige synsundersøkelser for alle

Kontaktlinser, samsyn, lese-/skrive problemer, arbeidsplass optometri, vernebriller, keratøkonus, svaksynt optikk, hode-/nakke skade, slag, mm.

Velkommen!

interoptik
Holmlia Optometri

Holmlia Senter vei 18. Tlf. 22 75 41 50

PRINSDAL SENIORSENTER

Nedre Prinsdalsvei 59A - tlf 22629160



Prinsdal seniorsenter er et tilbud til deg som er over 65 år. Vi ønsker å skape gode øyeblikk og hyggelig opplevelser. Seniorsenteret er med på å legge til rette for at flest mulig kan få bo hjemme så lenge som mulig, ved å lage møteplasser der vi kan møte gamle kjente og skape nye bekjentskaper.

Vi serverer middag og småretter, og har ulike aktiviteter som arbeidsstua, seniortrening, seniorveileder og teamleder som kan hjelpe deg å finne ulike tjenester i bydelen. Vi tilbyr datahjelp mandager og fredager, og skal i gang med litteratigrupper og mye mer. Vi arrangerer hyggetreff med god mat og drikke, har underholdning og foredrag. Velkommen skal dere være!



www.facebook.com/prinsdalseniorsenter/

VIL DU PRØVE VÅRE AKTIVITETSTILBUD?

Hauketo IF har ulike aktivitetstilbud for både store og små innen fotball, håndball, innebandy og allidrett.

Sjekk ut www.hauketoif.no for mer informasjon om tilbudene våre.



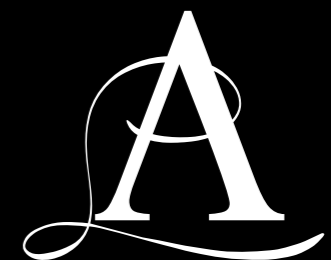
hauketoif.no [hauketoif](https://www.facebook.com/hauketoif) [hauketoif](https://www.instagram.com/hauketoif)

Helt Opplagt på jobben



Sunnere - Renere - Enklere

Tlf. 0 23 46
www.HeltOpplagt.no



ANNE LINE
BEGRAVELSESBYRÅ

Lambertseterveien 2, 1160 OSLO

☎ 461 90 056

✉ post@annelinebegravelsesbyraa.no

🌐 annelinebegravelsesbyraa.no

EN VERDIG AVSKJED





Kun det beste, på dine vegne

PrivatMegleren består av lokale, engasjerte og kompetanserike meglere som i tillegg benytter seg av bransjens mest kraftfulle verktøy innen markedsføring.

Jeg bor og arbeider i området, har god lokalkunnskap og kan tilpasse salgsprosessen for enhver kunde og enhver bolig.

Ta kontakt for en uforpliktende boligprat.



PRIVATMEGLEREN
PANORAMA

Eiendomsmegler/Jurist Trond Svarød • tlf. 920 44 727
trond.svarod@privatmegleren.no



Redaktørens hjørne

MAI GJØR GODT

På noen få dager har naturen rundt oss denne måneden gått fra grå og trist til frodig og grønn. Forandring gjør godt for de fleste og går ikke upåaktet hen, i hvert fall ikke i naturen. Mai er måneden det skjer! Denne måneden handler om mye, den handler blant annet om vekst, frihet, demokrati og fellesskap. I denne utgaven av Kongeveien handler det også mye om dette. I portrettet kan du lese om vår lokale hageekspert Espen Skarphagen, som mener hagen skal være et fristed og et sted for lave skuldre. Kanskje smitter entusiasmen for hage og planter over, og skaper vekst i din egen hage?

I bildene fra grunnlovsfeiringen i Dalen kan man kjenne draget av frihetsfølelsen som folk før oss kjente den gangen grunnloven ble laget. Vi kan kjenne fellesskapet gjennom 17. mai-feiringen og gjennom bildene fra Østmarkskapellet, og familiene som i fellesskap sørget for vafler til andre turgåere. Visekvelden som ble arrangert i kirka viser at musikk forener og gjør at ulike mennesker kommer sammen. Mai skaper fellesskap.

SUSANNE DOMMERSNES SIVERTSEN

Staben

I HAUKETO-PRINSDAL MENIGHET

Sokneprest

Åse Maria Haugstad

Tlf 91 85 49 42 // ah683@kirken.no

Daglig leder (vikar)

Pål Adrian Hellmann

Tlf 23 62 98 50 // ph325@kirken.no

Daglig leder (permisjon)

Charlotte Randel

Diakonimedarbeider

Susanne Dommersnes Sivertsen

Tlf 40 81 41 54 // sd272@kirken.no

Organist

Bjarte Rimehaug

Tlf 41 16 37 63 // br827@kirken.no

Menighetspedagog

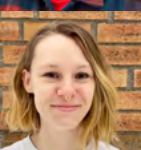
Cecilie Trogstad Johnsen

Tlf 48 18 59 50 // cj784@kirken.no

Menighetsrådsleder

Hans Petter Heggelund

Tlf 90631322 // hpheggelund@gmail.com



HAUKETO OG PRINSDAL FRITIDSRÅD

Går du med et «talent i magen?» Nå har du sjansen til å vise det fram! Ta kontakt med Fritidsrådet/hp.fritidsraad@gmail.com

Lørdag 7/9 kl. 12-16

H-P festivalen DALENS DAG

Prinsdal idrettspark

HAUKETO I-F



SNILLE OG SLEMME

«Noen er snille og andre er slemme.
Hva er snill, og hva er slem da?
Ååå, det er ikke lett å svare på. Ikke er det alltid
så lett å finne ut av heller.»

Dette sitatet har jeg hentet ut fra Arild Nyquist sin bok – «Jeg heter Arild». På sin litt barnlige måte dekker de ordene svært godt slik jeg har det idag, i går, og dagene før der igjen!

Jeg finner ikke ut av det.

Slik jeg ser det, så er det et dypt menneskelig behov å ville forstå verden rundt oss. Både verden som er helt nær i det daglige, og verden der ute – annen bydel, annen landsdel, annet land, annen verdensdel. Det betyr noe for hvilke handlinger jeg foretar meg, valg jeg tar og tanker og følelser som dukker opp i mitt indre. Og jeg går ut ifra at dette behovet deler jeg med DE ANDRE. Menneskene som lever SINE liv der ute.

Nå kommer det aller vanskeligste punktet i denne lille refleksjonen!

Hva er snill og hva er slem ... skriver Nyquist ... OG ... at det ikke er så lett alltid å finne ut av heller. Hvis det er en sannhet, ja da er det ikke vanskelig å forstå at jeg (blant mange?) strever voldsomt med å tåle det grusomme maktmisbruket som viser seg mange steder i verden nå.

Jeg vil rive meg i håret og rope ut: – Vi må aldri gi opp å gjenkjenne! Hva er SNILL og hva er SLEM! Det er sentralt i vår menneskelighet å se forskjellen, og muligens det første steget til å tørre å være modig i hvilken situasjon det enn måtte være. Nært eller fjernt.

BENTE OVERHOLT (65)

Har bodd i Prinsdal med sin familie siden 1987. Er pensjonert psykiatrisk sykepleier.