

Hauketo & Prinsdal

Kongeveien

NR 3-2024 // 40. årg

- Mye spennende på gang med skolekorpset
- Salget av Velhuset
- Ildsjelprisen til Liv Jorunn Eriksen
- 102 år og still going strong

FANTASTISK SOPPSESONG:
Bli med på sopptur
i Grønnliåsen



BØNN OM FRED

Hva er mer fredfullt enn et lite barn som sover? Fred er et godt ord. Fred er noe vi lengter etter i tanker og sinn. Fred er en avgjørende verdi for vår verden. Det er vanskelig når konflikt og krig, uro og engstelse fortrenger fredens plass. Vi kan bli redde og maktesløse når freden trues.

Et navn i bibelen på Jesus er Fredsfyrste. Jesus som kom som et lite barn inn i en verden som har mørke og ufred i seg. Jesus kom med kjærlighet, håp og fred til oss mennesker. Adventstiden er en forberedelses tid i kirken før julens høytid med fest og glede. Vi tenner ett og ett lys i adventskransen og til slutt stråler alle julens lys for Jesus.

Adventstiden er full av mange ulike forberedelser. Julen forbindes kanskje også ofte med stress og jag for å komme i mål. I år setter jeg meg ett nytt mål for adventstiden. Et valg om å rydde plass i alle forberedelsene til det som er sentralt og viktig.

I adventstiden vil jeg hver dag tenne et lys og be om fred. Be om fred i alle urolige og nedbøyde hjerter. Be om fred og godt naboskap i vår bydel. Be om fred mellom folk og nasjoner. Be om fred og harmoni for skaperverket. I en verden som så ofte kjennes for urolig, hvor det er for mange konflikter og kriger trengs det håp, lys og fred.

SOKNEPREST
ÅSE MARIA HAUGSTAD

«Når de sover»

Alle er barn når de sover.

Da er det ikke krig i dem.

De åpner hendene og puster

i den stille rytme som himmelen har gitt menneskene.

De spiser munnen som små barn

og åpner hendene halvt alle,

soldat og statsmann, tjener og herre.

Stjernen står vakt da og det

er en dis over hvelvene

noen timer da ingen

skal gjøre hverandre ondt.

Kunde vi bare tale til hverandre i denne stund

da hjertene er som halvt åpne blomster.

Ord som gylne bier

skulde trenge inn der.

Gud lær meg søvnens språk.

Rolf Jacobsen (1907–1994)

Hauketo-Prinsdal menighet

BESØKSADRESSE:
Lerdalsfaret 7, 1263 Oslo
Tlf 23629850
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

REDAKTØR:
Ansvarlig utgiver: Menighetsrådet
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

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

TRYKK: Ottesen AS

FORSIDEBILDE: Anders Thylén

GAVER:
Kongeveien distribueres
gratis til alle husstander
Gaver gis på kontonr: 1503.39.29460

NY UNGDOMSARBEIDER CAMILLA LERHEIM

Tross sin unge alder har Camilla Risnes Lerheim (21) mye erfaring. Fra 15. august har hun vært på plass i ungdomsarbeidet som Holmlia og Hauketo-Prinsdal menigheter har sammen.

TEKST: SUSANNE DOMMERSNES SIVERTSEN FOTO: PRIVAT

Camilla er til stede i kirka på torsdagene når ungdommene samles, men skal også være med på leirer og turer i Sjøbolets regi. Hun overtar etter Øystein Wirak, som sluttet for å begynne som lektor på fulltid. Vi har tatt en prat for å bli litt bedre kjent med henne.

– **Hvem er Camilla hvis du skal presentere deg litt kort?**

– Jeg er fra Sandvika og studerer til daglig teologi på Menighetsfakultetet. Gjennom oppveksten har jeg vært aktiv min lokale menighet siden jeg selv var konfirmand. I tillegg til å være aktiv som konfirmantleder har jeg vært aktiv i ulike aktiviteter i barnearbeidet i Tanum menighet og i Uranienborg menighet. Blant annet på lys våken, tåragentene, tweens og søndagsskole. Jeg har funnet mye glede gjennom menighetsarbeidet! Nå er jeg nestleder i Menighetsrådet i Tanum menighet. Jeg liker med andre ord å engasjere meg i menigheter!

– **Hvorfor ville du jobbe med ungdom i våre kirker?**

– Det betyr mye for meg å få muligheten til å gi den gleden videre i ungdomsarbeidet her. Jeg har nå jobbet i Hekta – trosopplæring for ungdom med å arrangere leirer for konfirmanter og ungdomsledere. Så jeg har brukt mye av den siste tiden på ulike leirer med menigheter fra store deler av landet. Nå ser jeg fram til de jevnlig møtepunktene i Holmlia og Hauketo-Prinsdal, og selvfølgelig høydepunktene på leir.

– **Hva søker du å oppnå gjennom jobben din i kirken?**

– Jeg ønsker at ungdom som møter kirken enten gjennom konfirmanntiden, som ledere eller som en del av ungdomsmiljøet, skal føle seg velkomne til et fellesskap som tar de godt imot. Jeg ser fram til å bli kjent med menigheten og arbeidet som skjer her, sier Camilla.

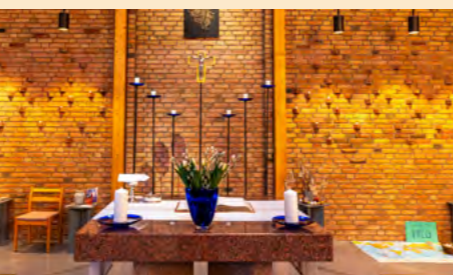
VI FOLDER VÅRE HENDER SMÅ

VI BER TIL GUD FOR...

- Fred i vår urolig verden
- Alle barn som rammes av konflikter og krigsherjinger
- Godt naboskap og fellesskap i vår bydel

VI TAKKER GUD FOR...

- Prinsdal fritidsråd og Dalens dag
- Våre konfirmanter og deres familier
- Brukt&Grønt – gjenbruksmarkedet i kirken og de frivillige medarbeiderne der



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 kan være spennende å intervju, tips oss gjerne om dette.



Liv Jorunn Eriksen (i midten) ble tildelt Ildsjelprisen for 2024 av Fritidsrådets leder Vera Østenheden. Her sammen med konferansier Åse Haugstad.

DALENS DAG

I STRÅLENDE VÆR

Den tradisjonsrike lokaldagen ble åpnet av Prinsdal og Toppåsen skolekorps, som marsjerte spillende inn på fotballbanen, og fortsatte med flere musikalske nummer. Arrangementet ble åpnet av leder av Hauketo Prinsdal Fritidsråd, Vera Østenheden og frivillighetskoordinator Marita Løveid kom med en hilsen fra bydel Søndre Nordstrand.

På scenen som var kommet opp for anledningen, var det mange som underholdt i løpet av dagen. Prinsdal skolekorps sang flere sanger til publikums begeistring, og senere kunne sogneprest Åse Maria Haugstad introdusere både Tryllekunstner Chriss Chissell og lokale talenter som underholdt til stor begeistring.

Over 14 lag og foreninger hadde stands på fotballbanen. Her kunne man få informasjon og prøve aktiviteter som quiz, lykkehjul, prøving av instrumenter, spikking og frisbeegolf, som var nytt av året.

Hauketo og Prinsdal kvinne- og familielag stod for kaféen, og solgte gode kaker til inntekt for Fritidsrådet, som er arrangør sammen med Hauketo IF.

Årets Ildsjelpris ble delt ut og gikk i år til Liv Jorunn Eriksen for hennes mangeårige innsats som leder av Hauketo og Prinsdal Velforening. I sin takketale holdt hun frem at det er viktig å engasjere seg.

– Dette setter jeg veldig stor pris på. Det har vært interessante og lærerike ti år å være med i Hauketo og Prinsdal

Velforening og i styret. En velforenings oppgaver gir engasjement og deltakelse i det som er, og det som skjer i vårt nabolag og lokalmiljø. Forandringene og utviklingen i storsamfunnet påvirker og endrer også vårt nabolag og lokalmiljø. For meg har det vært viktig å se og ta mulighetene som er til å medvirke og påvirke utviklingen og endringene i vårt nærmiljø. Å jobbe sammen styrker.

TEKST: SUSANNE DOMMERSNES SIVERTSEN
FOTO: SVEIN MYHRE

ÅRETS ILDSJEL 2024

Årets prisvinner har vært engasjert i lokalmiljøet hele livet og påtatt seg oppgaver og bygd mange nettverk for å utvikle nærmiljøet. Prisvinneren er en aktiv person på så mange områder. Være seg finne igjen gjengrodde stier og gjøre disse tilgjengelig for turgåere.

Høyt engasjement for grønne lunger og spesielt der hvor det er et yrende liv av insekter som viser seg å være sjeldne.

Kandidaten har over flere år arbeidet for at grupper har fått det bedre og har markert seg lokalt i arbeidet for delbydelens innbyggere.

Ildsjelen har vært politisk aktiv og jobbet iherdig for både bydelsutvikling og kunst og kultur. Dette har bidratt til et mer mangfoldig og rikt nærmiljø. Konserter, kunstarrangementer og kafeer for dalens innbyggere. Dette har bidratt til et større fellesskap og mye hygge.

Aktiv over flere år, ikke bare lokalt, og

med det nettverket prisvinneren har, har det vært nyttig å kunne trykke på den rette knappen for å komme inn til riktig kanal.

Her følges det nøye med på hva som er lovlig eller ikke.

Ikke rent få timer og ressurser har medgått i årenes løp i vedkommendes utrettelige arbeid. Mye av dette er ikke synlig for menigmann, men har desto større betydning.

Prisvinner er en ildsjel i ordets rette forstand, mange timer har gått med for å skape tilbud og utvikle dalen som prisvinneren er så glad i.

Det er mye som gjøres av prisvinneren – og som sagt så er ikke alt så synlig for alle, men vedkommende bruker store mengder av sin tid hver dag til det beste for delbydelens innbyggere.

Årets Ildsjelpris går til
Liv Jorunn Eriksen

4 PÅ GATA

Hauketo Prinsdal Velhus er solgt. Huset har stått der, midt i dalen siden det bygd i 1933 og har vært et samlingspunkt for mange gjennom årene. Den store grå bygningen har huset mange ulike aktiviteter og betydd mye for mange. Vi har spurt et knippe beboere – nåværende og tidligere, om hva Velhuset har betydd for dem.

HAUKETO OG PRINSDAL VELHUS ER SOLGT

Etter en lang prosess ble Hauketo og Prinsdal Velhus lagt ut for salg i september til en prisantydning på 6 millioner kroner. En heftig og langvarig budrunde med over 30 mulige kjøpere, endte til slutt med en salgssum på over 14 millioner kroner. Ifølge Finansavisen er det et muslimsk trossamfunn som fikk tilslaget på Velhuset.

TEKST: SUSANNE DOMMERSNES SIVERTSEN FOTO: SVEIN MYHRE

Finansavisen skriver på sine nettsider at det var to muslimske trossamfunn som stod igjen og bød mot hverandre på slutten, og med en kjøpesum som tilsvarer nesten tre ganger så mye som taksten, ble det en rekordhøy pris. Det var den islamske organisasjonen DawatIslami Norway som til slutt fikk tilslaget. Det har ikke lyktes Kongeveien å få en kommentar fra kjøper i skrivende stund.

For lite brukt

Salget av det tradisjonsrike Velhuset fra 1933 har vakt reaksjoner i lokalsamfunnet, og flere har undret seg over hvorfor det måtte selges. Hauketo og Prinsdal Velforening, som med sine medlemmer eier huset, forklarer at mulig salg har vært en diskusjon i flere år.

– Velhuset var ikke lengre liv laga. Gjennom årene er huset mindre brukt av medlemmer, foreninger og beboere i dalen, og samtidig har medlemstallet i velforeningen sunket. Medlemsmøter, årsmøter og aktiviteter har få deltakere, sjelden flere enn 15-20 personer. Samtidig øker kommunale utgifter og driftsutgifter. Siden 2018 har årsmøtene hatt salg av Velhuset på sin agenda, og årsmøtene i 2019 og 2023 vedtok salg av huset. Dette er det skrevet om i Velnytt, og det er ikke mottatt protester mot vedtakene. Styret er forpliktet til å følge opp vedtak på styremøter og årsmøter, skriver velforeningen på sin Facebookside.

Ikke enkelt

Det har imidlertid ikke vært en enkel prosess for nåværende styre å stå i salget

av velhuset.

– Det er mange grunner til det. Blant annet med tanke på de mange gode minnene folk har til huset. Da er det vemodlig å selge det. Men det står ikke så bra til med vedlikeholdsmessig, og vi håper på bedre tider for huset fremover, skriver velforeningen.

Overtakelse av Velhuset er satt til 24. februar 2025. Velforeningen ønsker huset alt godt videre, og ser frem til at det blir tatt godt vare på. Foreningens arbeid ellers fortsetter videre etter dette. Inntil 1. februar er velhuset ledig for vanlig utleie til møter, aktiviteter og selskaper – som før. Kontakt bookingen på telefon 956 01 010.

KILDER: HAUKETO PRINSDAL VEL, FINANSAVISEN

Velhuset i Prinsdal

Velhuset ble bygget i 1933, påbygget i 1980/90 og siden modernisert i 2004 etter en brann. Eiendommen er i dag regulert til allmenntilgjengelig formål – samfunnshus, og annen bruk krever omregulering. Huset inneholder to store saler, kjøkken, kontorer, møterom, garderobe, toaletter, bodar, en vaktmesterbolig og en stor hage. Velhuset eies av Hauketo og Prinsdal Vel.

Hauketo og Prinsdal Vel

Foreningen ble stiftet 19.09.1919 og har i dag 116 medlemmer. Den kalles på folkemunne «Vellet», og forbindes ofte med velhuset. Velforeningen jobber for å være med på å utvikle og forbedre vårt nabolag og lokalmiljø. Styret gir ut medlemsbladet Velnytt 3-4 ganger i året.

Hege Burud Skjølvold

– Jeg har hatt og arrangert utallige fester på Vellet. Både 20- og 40-års dagen min feiret jeg der. Jeg har hatt «Bad taste» party, vært på utallige juletreffester, stått i «baren» på noen av Jeger- og fiske/Hauketo IF-festene og hatt Reunion-fest etter ungdomsskolen. Den ultimate feiringen var bryllupet vårt i august 2003, som første arrangement etter oppussingen etter brannen. I tillegg drev Lise Burud Smestad og jeg Prinsdal Hud- og Fotklinik i kjelleren i mange år. Man kan vel gå så langt som å si at Hauketo-Prinsdal vel har vært med på forme meg til den jeg er i dag. Bygget, folket det har samla, minnene det har bidratt til og verdien det har hatt for dalen vår er uerstattelig. Mon tro om noe sånt kommer tilbake for nye generasjoner?



Tom Rune Fløgstad

– Prinsdal skolekorps brukte lokalet som øvingslokaler. Jeg fikk min en-til-en grunnopplæring på klarinett i et av kjellerlokalene. Innsatsen på Vellet har båret frukter – jeg spiller fortsatt – i to korps og en saksofonkvartett i Trysil.



Anne-Marie Rosenvinge

– Jeg har mange minner fra velhuset. Jeg startet i første klasse der, gikk på søndagsskole og danseskole. Velhuset var møtestedet for ungdommen. Der var det kino, og jeg husker godt jeg så Jailhouse Rock med Elvis Presley. Pinsemenigheten hadde møter, og ungdommen forstod ikke helt hvor åndene kom fra. Vellet ble også brukt til politiske møter, julemesser og så klart utleie. Bildet viser meg på første skoledag på Vellet.



Jim Lyseggen

– Jeg har gått på swingkurs på Vellet, og så hadde vi 20-årsfest etter barneskolestart der. Det må ha vært i 1991. Jeg husker også godt at det var bibliotek i kjelleren på Vellet. Jeg var mye der på 70-tallet. Jeg tror nok et velhus/samfunnshus hadde en større betydning tidligere enn i dag, folk går vel hverken på bibliotek, swingkurs eller juletreffester lengre... eller gjør de det?



Anne-Marie Rosenvinge i første klasse

SOPP ER TOPP!

På søk i Grønliåsen med kurv på armen og en liten kniv med børste på skaftet. I sakte bevegelse gjennom barskogen, mens blikket skanner bakken. Inn i tettere granskog med tykke mosematter. Og der, dypt i mosen, ser jeg endelig noe. En, to, flere små hatter stikker opp! Og der bak steinen, enda flere, hurra! Høstskogens gråbrune gull, traktkantareller.

TEKST OG FOTO: ANDERS THYLÉN

Med den soppesongen som har vært i år på Østlandet var det jo nesten unngåelig at denne utgavens naturartikkel skulle handle om sopp og soppstaking. Sommerens vær har gjort at soppene kom tidlig, med mye matsopp allerede i midten av juli, og så har det bare fortsatt. Soppene trives i fukt og varme, og mye regn gjennom hele sommeren og samtidig perioder med gode temperaturer har gitt nærmest ideelle forhold. Det er sjelden det er så mye sopp gjennom hele sesongen som det har vært i år, og mange av de senere årene har soppesongen blitt ødelagt av lange tørkeperioder.

Gøy eller skummelt?

Jeg vil svare både og. Smaken er selvfølgelig delt, det er ulikt om man liker sopp eller ikke. Men selvplukket skogsopp smaker ikke som sjampinjongene på butikken, de gir en annen og mer spennende opplevelse. Sopp er ikke skummelt, men sopp fra skogen kan være farlig, om man spiser feil sopp. Så man må vite hva man gjør. Samtidig må man ikke være ekspert for å gledes over å plukke og spise sopp. For å bli en sikker soppstanker holder det med å lære et par sopper og noen viktige grunnregler. Jeg kommer tilbake til det.

Sopp i Grønliåsen

Siden barnsbein på 70-tallet har jeg vokst opp med soppstaking.

Da jeg kom flyttende til Norge og Prinsdal for snart tre tiår siden og oppdaget Grønliåsen, var det ikke veldig mange andre som plukket sopp her. De flotte soppstedene sto og ventet uansett når i uken vi kom. Kulturen for soppstaking har vært sterkere i Sverige enn her, og enda sterkere videre østover, i Finland og i Øst-Europa (og deler av Asia for den del).

Interessen i Norge har imidlertid økt sterkt, og det er etter hvert blitt mange som tråler skogen på jakt etter sopp. På søndagstur vil man ofte oppleve at andre har vært der før og tømt de beste stedene. Men Grønliåsen er stort nok til at det alltid finnes steder hvor det ikke har vært tråkket den siste uken. Grønliåsen er en bra soppskog. Det er variert skog med ulike treslag, variert topografi og jordsmonn, og en stor del eldre barskog med blåbær og tykke mosematter.

Sikre sopp-plukkere

Aller først må jeg bare si at undertegnet har eksamen som soppstakkyndig, men har aldri vært aktiv som soppkontrollør. Så har dere en idé om utgangspunktet for denne teksten.

Ingen sopper er sikre hvis man ikke har lært seg hvordan man kjenner de igjen og skiller de fra andre sopper. Men det er ganske enkelt å lære seg tre-fire sopper som et grunnrepertoar, og noen grunnregler for å bli en sikker sopp-plukker.



Traktkantarell er høstsoppen framfor andre. Gråbrun på hatten, litt mer grålig på ribbene under, og smussgul på stilken.



Kantareller er gule/gyllene og har ribber på undersiden av hatten. Nedre del av stilken og kjøttet går litt mer mot hvitt.



Blek piggsopp er semskfarga over og under og har pigger under hatten. Den rødgule varianten er nesten lik, men med mer farge både på hatten og på piggene, og er like fin å spise.



Skogens svarte gull! Svart trompetsopp ser ut som en trakt eller trompet med tynne vegger.

Så til grunnreglene først:

- Ikke spis sopp du ikke er helt sikker på hva er. Bare spis sopp du har lært og er sikker på.
- Ikke bland sikre matsopper og usikre sopper i kurven eller nettet du plukker i. Sopper du ikke er sikker på, men vil ta med for å lære om, må legges i en annen beholder enn matsoppene. Ellers risikerer du å få noe livsfarlig i stekepannen.
- Plukk én og én sopp. Giftsopper og matsopper kan stå nært inntil hverandre, så man må se på hver sopp som går i kurven, og ikke bare raske til seg en neve. Om barn (eller voksne som ikke kan noe om sopp) hjelper til å plukke, så må den som har kunnskapen og ansvaret sjekke hver sopp som går i kurven.



For å lære seg sopp kan man bli med på noen av Sopp- og nyttevekstforeningens turer, eller man kan gå på tur sammen med noen som kan sopp. Det er også lurt å skaffe seg en moderne soppbok. Der kan man i tillegg til å se bilder, lese beskrivelser av soppene og lære viktige kjennetegn. Det er sikrere enn bilder på nettet, hvor fargene ofte kan bli misvisende. Pass på at det er en moderne og oppdatert soppbok, ikke bruk bestefars som har blitt stående igjen på hytta

siden 70-tallet. Det er kommet mye ny forskning og kunnskap siden den tid, og ikke alt som var vurdert som matsopp den gang er det i dag.

Soppkontroll

Som nybegynner er det lurt å benytte seg av Sopp- og nyttevekstforeningens soppkontroller, der kan man få sjekket soppene i kurven, og det er ofte også en liten soppstilling man kan kikke på. Det har ikke vært noen soppkontroller i tilknytning til Grønliåsen, nærmeste sted for kontroll er Skullerudstua. Sognsvann og Bysetermåsan er andre kontrollsteder. Sjekk foreningens nettsider for hvor og når det er kontroll, <https://soppkontroll.no/> eller <https://soppog-nyttevekster.no/kalender/> for turer og andre arrangementer.

Det har også vært flere gode artikler om sopp i år, som pedagogisk beskriver noen nybegynnersopper og de farligste giftsoppene, bl.a. på www.nrk.no/direkte/xl/fire-trygge-sopper-og-en-livsfarlig-1.16532503.

Grunnleggende kunnskap

For å lære seg å skille sopper fra hverandre, må man se oppe





For å bli en sikker sopp-sanker holder det med å lære et par sopper og noen viktige grunnregler.

> på hatten, under hatten og på stilkene. De mest grunnleggende karakterene er å se på undersiden av hatten:

- Kantarell og traktkantarell har ribber på undersiden av hatten.
- Piggsopp har pigger.
- Steinsopp har rør.

De er alle gode matsopper og bra nybegynnersopper.

Mange sopper har skiver. Blant skivesoppene finnes mange gode matsopper, men også de farligste giftsoppene. Som nybegynner bør man derfor holde seg unna skivesoppene. De farligste giftsoppene har enten hvit hatt med hvite skiver under (hvit fluesopp) eller brun hatt med brune skiver under (spiss giftslørsopp og et par andre).

Blant soppene med ribber, pigger og rør er det ingen farlige giftsopper. Men enkelte rørsopper kan gi mageverk eller ødelegge smaken på måltidet. Den viktigste forvekslingsarten til steinsopp er gallerørsopp, navnet sier noe om smaken. Gallerørsopp har rosa toner på rørlaget under hatten, mens steinsopp har hvite rør som går over i gult og grøngult når den blir eldre.

Svart trompetsopp er en annen delikatesse som er enkel å lære seg. Den er i slekt med kantarell og traktkantarell. Den har ikke tydelig fot og hatt, og heller ikke tydelige ribber under. Den ser ut som en trakt eller trompet med tynnkjøtta vegger, svart på oversiden og litt mer grå på undersiden.

Når man etter hvert har fått litt erfaring med nybegynnersoppene kan man, om man vil, sakte utvide repertoaret. Det er morsomt å være nysgjerrig på å lære flere sopper, og samtidig må man ikke bli for ivrig med å prøve nye sopper i stekepannen. Sopper man kan gå videre med er for eksempel flere rørsopper som sandsopp, skrubb og fåresopp. Hvis man går videre til skivesopper er matriske en god start.

Noen tips

Det er fint å plukke i kurv, da ligger soppene luftig og blir ikke så presset sammen som i et nett. Det er også lurt med en kniv og en liten børste. De brukes til å grovrense soppene i skogen, ta bort markspiste deler og børste av bar og jord.

Ikke spis gammel sopp som begynner å få rar konsistens. Det er trolig flere som blir dårlige av gammel sopp enn som blir dårlige av giftig sopp. Spesielt med steinsopp må man passe på å kun spise unge og faste eksemplarer. Den angripes nemlig

Og så skal soppene renses før den skal i stekepannen (eller eventuelt tørkes).

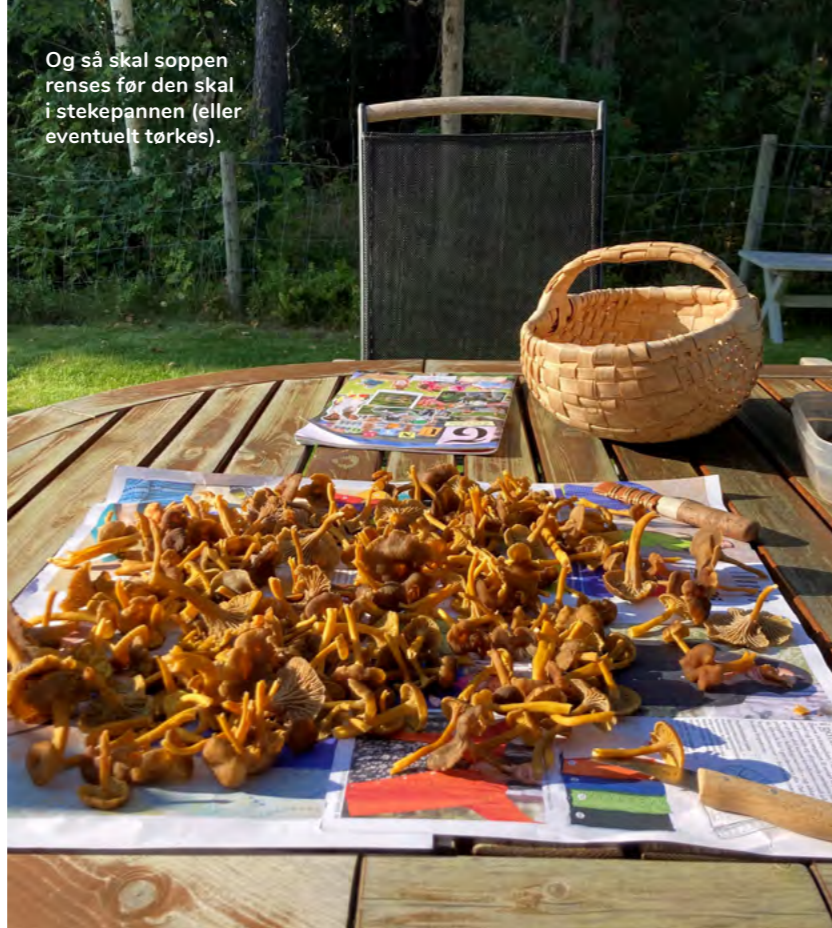


Foto: Anna Thylen

av en parasittsopp, som gjør at den blir deformert og får myk konsistens.

Sopp er så mye mer enn mat i kurven

Sopp er ikke bare matsopp og giftsopp, sopp har essensielle funksjoner i økosystemene. De fleste av de soppene vi ser i skogen er del av en komplisert vev under bakken. De danner noe som kalles sopprot sammen med røttene til trær eller andre planter. Det er et samarbeid for å kunne ta opp mer vann og næringsstoffer, som både soppene og plantene har nytte av. Ulike sopper danner sopprot med ulike trær. Andre sopper har en viktig funksjon som nedbrytere av dødt plantemateriale.

Hvor vokser sopp?

Altså, nå har jeg ikke tenkt å fortelle om mine beste soppsteder. Men derimot noe om hvor man kan lete etter sopp. Som jeg nevnte i stad så er det forskjell på hvilke trær soppene samarbeider med for å danne sopprot, og de finnes derfor i litt ulike typer skog. Kantareller vokser både i løvskog og barskog, men i våre skoger er det nok mest i barskogen. Den kan vokse både med furu, gran og eiker, og kan enten stå åpent inntil stier og tråkk eller gjemme seg inne under «skjørtet» til skjortegranser (graner med greiner som går helt ned til bakken). Traktkantarell kan også vokse enten i furuskog eller i granskog, gjerne dypt i mosen. Svart trompetsopp vokser ikke i de aller fattigste og skrinneste barskogene. Den kan enten vokse i mosematter under gran eller i løvskog med bl.a. hassel, eik og osp. Variert og litt eldre barblandingskog er nok det beste for å finne sopp, men f.eks. matriske og fåresopp kan også vokse i barmattene i tett og litt yngre granskog. Flere av skogene i bydelen, som for eksempel Ljanskollen og Rosenholmskogen/Rikeåsen, vil kunne by på gode soppmuligheter. Men Grønliåsen er tross alt størst og best.

Har du lyst på mer sopp? Ikke noe problem. Traktkantareller kan en normalt finne til et stykke ut i november, så det er ikke for seint ennå.

Konfirmanter 2024



Foto: Kristianne O'Maray

Lørdag 14. september ble en stor dag for årets konfirmanter. Fordelt på to gudstjenester og i strålende vær ble de høytidelig konfirmert i Hauketo-Prinsdal kirke.

Fra venstre bakre rad:

Mia-Aurora Bern-Rudjord, Johanna Jolie Rykhus, Lilly Olava Sneve, Jonathan Olsrud Tølsby, Philip Teigen Jansrud, Donna Dorothea Rykhus, Malin Urke Roland og Mathias Lein.

Fra venstre fremste rad:

Ruben Grahl Randel, Linnea Madeleine Eilifsen, Taiyo Fuseya Skjærven, prest Åse Maria S. Haugstad, menighetspedagog Cecilie T Bomstad, Fredrik Uttberg Fjærtøft, Amanda Thorsen Helstad og Robin Can Yüksel.

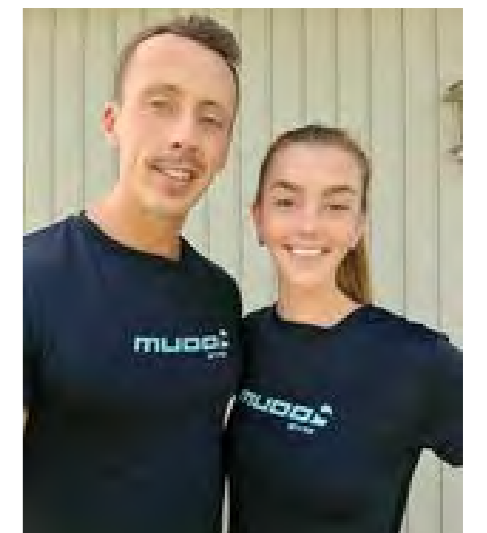
Mudo Gym åpner igjen

I januar åpner Mudo Prinsdal igjen, etter å ha vært stengt en periode. Treningssenteret ligger i de samme lokalene som tidligere, men er ved nyåpningen utrustet med splitter ny utstyrsark og ny gruppetime-sal, kan eier og senterchef Joakim Brandshaug Olsen fortelle.

– Her skal det foregå «Tiger timer», som er kampsport-inspirert trening for barn i alderen 5-7 år. I tillegg tilbyr vi

kampsport for de eldre helt opp til 16 år. Samtidig som barna er på sin trening, har foreldrene mulighet for en crosstraining time eller til å trene med vekter.

– For å si det kort; vi satser på gruppetimer a la fitnessboxing og crosstraining, det er timer med høyt tempo og masse energi! Og en ting som er ganske sikkert, er at det blir "BJJ" Brasiliansk jiu-jitsu, sier senterchefen. Sammen med medeier og ansatt Olivia Felländer ser han frem til å ta i mot nye og gamle kunder på nyåret.





Vi håper mange kommer og hører på konserten på Hauketo skole 27. oktober!

Mye å glede seg til i korpset

Kongeveien har snakket med leder Unni Aadland for å få en oppdatering på hva som skjer i Prinsdal Toppåsen skolekorps. Musikk er gøy og sosialt. Korps er for alle og alle er like viktige, det er ingen reservebenk. Nå planlegges felles helg med de andre korpsetene i bydelen, og neste år er det jubileum med distriktsmesterskap, stor utenlandstur og konsert i Kolben.

TEKST: KNUST SANDAL FOTO: PRIVAT/KORPSET OG KNUST SANDAL

Først litt om Unni. Hun vokste opp i en liten bygd i Samnanger kommune, øst for Bergen. Korpsinteressen ble tidlig vekket. Hun begynte på notekurs, og valgte klarinett som instrument. Etter noen år spilte hun i både skole- og voksenkorpset, det var stor stas. Fortsatt stepper hun inn hvis det er behov for en ekstra støttespiller. Hun og mannen har bodd på Toppåsen siden 2007, og har nå en 6. klassing som spiller baryton i korpset.

– **Så sønnen hadde ikke noe valg, det måtte bli korps?**

– Vi foreldre synes jo korps er en veldig

positiv aktivitet. Men det startet da han kom hjem med lapp fra skolen om mulighet til å prøve det ut. Han begynte i 2020, midt under koronaen. Da var det vanskelig å drive med vanlige korpsøvelser. Mye av opplæringen måtte foregå på videomøter. Fantastiske instruktører fant på morsomme aktiviteter og holdt motivasjonen oppe hos musikantene. Etter hvert ble det heldigvis vanlige øvelser, sier Unni og ser litt lettet ut når hun tenker tilbake.

– **Og hvorfor ble du styreleder?**

– Jeg kom først inn i styret høsten for tre år siden, og rykket opp til leder i fjor. Jeg er nok en person som er lett å be, og

brenner for korps og korpslivet og alt det gode det fører med seg. Det er også en fin måte å bli kjent med andre voksne og barn i lokalmiljøet.

– **Hva er det som er så bra med korps?**

– Det er fantastisk å se ungene som kommer på øvelser og har så lyst til å lage musikk og ha det gøy med de andre. Korps er for alle og alle er like viktige, det er ingen reservebenk hos oss. De får instrumenter med en gang de begynner, og opplever mestring når de blir gradvis bedre og bedre til å spille. Sigurd som leder aspirantene er veldig dyktig til å improvisere musikkleik. På våren første

året får de være med å marsjere.

– **Hva med de som er eldre?**

– De er med i hovedkorps og det er juniorkorps for de som har spilt i 1-2 år. Maria, som er vår hoveddirigent, er flink til å velge låter som er fengende, og de eldste får være med på å bestemme. Det kan være moderne ting, slik som arrangementer av popsanger.

– **Hvordan er øvelsene organisert?**

– Det er fellesøvelser på Prinsdal skole på mandager. Vi bruker både gymsalen og musikkrommet – takk til skolen for godt samarbeid! Nå er det totalt 43 musikanter, og vi har plass til flere. I tillegg til fellesøvelsene er det individuelle spilletimer på 30 minutter med egne instruktører, som er pedagoger med musikkutdanning, og vi samarbeider med kulturskolen.

– **Hva slags konserter og turer har dere?**

– Det er noen faste konserter, som årsfesten i oktober, hvor vi også gjør litt ekstra stas på musikantene. Vi spiller på «Vi synger julen inn» i kirken og på jule-



– **Hva annet blir det fremover?**

– Siste helgen i oktober skal vi ha et stort opplegg sammen med alle de andre korpsetene i bydelen – Holmlia, Bjørndal, Mortensrud og Klemetsrud. Vi leier inn instruktører fra jazzorkesteret Gigaphonics som har bakgrunn fra korps, som skal holde ulike øvelser på tvers av korpsetene. Det blir stor felles konsert, og jeg tipper det også blir veldig hyggelig og inspirerende for musikantene å treffe andre i bydelen som har samme hobby. Håper mange kommer og hører på konserten på Hauketo skole 27. oktober!

– **Har dere også planlagt noe ekstra til neste år?**

– Ja, da fyller korpset 70 år, og vi vil gjøre

litt ut av det. Vi har tenkt å være med på distriktsmesterskapet for korps til våren. Vi har også begynt å planlegge en stor utenlandstur i juni. Og i oktober neste år blir det jubileumskonsert i Kolben. Vi ønsker oss også et eget jubileumskorps med tidligere musikanter og benytter gjerne anledningen til å komme i kontakt med alle som har lyst. Send oss en epost!

– **Hvis det er noen som leser dette, som lurer på å begynne i korpset eller kjenner noen som kanskje vil, hva vil du si til dem?**

– Prøv, da vel! Vi har plass til flere, og rekrutterer hele året, ikke bare ved skolestart. De bør helst gå i 3. klasse eller et høyere trinn. Kom på noen øvelser, vi har et opplegg med prøvemåned, så en må ikke melde seg inn med en gang. Dessuten er det halv kontingent det første året. Vi har tipp, topp instrumenter og nye uniformer. Og til alle foreldre – vi er en sosial og engasjert gjeng med voksne, som har det veldig gøy sammen med korpsbarna våre.

– Ellers er det bare å sjekke ut nettsidene våre på <https://ptskolekorps.no/>. Der er det masse informasjon om korpset, vi har en fantastisk webansvarlig som oppdaterer dem. Det er også bare å sende oss en epost på post@ptskolekorps.no. Bli med du også, avslutter en entusiastisk og blid korpsleder!

Din lokale optiker Interoptik Holmlia Optometri

Etablert i 1994

Tilbyr grundige synsundersøkelser for alle

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

Velkommen!

interoptik
Holmlia Optometri

Holmlia Senter vei 18. Tlf. 22 75 41 50

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

Helt Opplagt

på jobben



Sunnere - Renere - Enklere

Tlf. 0 23 46
www.HeltOpplagt.no

TÅRNNHUSET

Bistro

Velkommen til Tårnhuset Bistro, midt på Kolbotn Torg

Vi tilbyr også selskapslokaler i 2 etg. for opptil 70 personer, samt møteromsfasiliteter

Se alle våre oppdaterte menyer på www.gamletaarnhuset.no

Velkommen til oss!



Velkommen innom for en god pris!

**DROP-IN
BILVASK
POLERING
DEKKSERVICE**

Man-lør 10-20
Søndag 11-10

Olaves Hvervensvei 13, 1266 OSLO Tlf 40740700



Gunnar Ruud

Catering - Selskapsmat



www.gunnarruud.no

Tlf. 23 30 25 00

Følg oss på
facebook



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!

HOLMLIATANNLEGENE

HOLMLIA tannlegekontor

Holmlia sentervei 12

Tannlegene
HENNING MOEN LØVAAS
og
UNAI MANGAL

Tlf.: 22 61 42 08

adm@holmliatannlegene.no
www.holmliatannlegene.no

FASTE AKTIVITETER

I HAUKETO-PRINSDAL MENIGHET



FOR BARN OG FAMILIER

BABYSANG

Annenhver tirsdag (i oddetallsuker) 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 oddetallsuker – 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, tlf 41 47 64 03 eller mail kariannesg@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 familiegudstjenester, hvor barn er spesielt invitert og hvor gudstjenesten er lagt i barns høyde. Se gudstjenestelisten.

FOR UNGDOM

HåPe – SJIBBOLET (UNGDOMSARBEID)

HåPe – Sjubbolet er et ungdomsarbeid som består av klubb og ulike grupper for dans, drama, teknikk, band og film. HåPe-Sjubbolet møtes i kirka torsdag 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 40 81 41 54 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 40 81 41 54 eller mail sd272@kirken.no

KIRKAS TIRSDAGSTREFF

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 40 81 41 54 eller mail sd272@kirken.no

GUDSTJENESTER

I HAUKETO-PRINSDAL KIRKE

OKTOBER

Søndag 20. oktober kl 11
«Barnas fredsgudstjeneste»
Dåp

Søndag 27. oktober kl 11
Blues og bønnedag
Gudstjeneste med dåp og nattverd

NOVEMBER

Søndag 3. november kl 18
«Vi minnes med håp»
Allehelgensdag i ord og toner med Prinsdal Sangeri

Søndag 10. november kl 11
Søndag for de forfulgte
Gudstjeneste med nattverd

Søndag 17. november kl 11
Gudstjeneste med nattverd
Prinsdal Sangeri er med som forsangere

Søndag 24. november kl 19.30
Kveldsgudstjeneste

DESEMBER

Søndag 1. desember kl 11
1. søndag i advent «Lys våken»
Presentasjon av konfirmanter

Søndag 8. desember kl 11
2. søndag i advent
Gudstjeneste med nattverd

Søndag 15. desember kl 18
«Vi synger julen inn»
Skolekoret og skolekorpset medvirker

Søndag 22. desember kl 11
4. søndag i advent
Gudstjeneste med nattverd

Tirsdag 24. desember kl 14.00 og 15.30
Julaftengudstjenester

Onsdag 25. desember kl 13
Høytidsgudstjeneste 1. juledag
Prinsdal Kammeri

Søndag 29. desember kl 11
Romjuls søndag
Gudstjeneste med nattverd

JANUAR

Søndag 5. januar kl 11
Hellig tre kongersdag for små og store!
– Vi vandrer sammen og finner stjernen, krybben og Jesus-barnet

Ved utgivelse er ikke de detaljerte planene for gudstjenestene vinteren 2025 klare.

Se gudstjenestelisten i avisen eller hjemmesiden for detaljert info for datoene under:

Søndag 12. januar

Søndag 19. januar

Søndag 26. januar

Søndag 2. februar

Søndag 9. februar

Søndag 16. februar

Søndag 23. februar



DÅP

Ønsker du dåp for ditt barn eller deg selv er det mulighet for det i de fleste gudstjenester i Hauketo-Prinsdal kirke. Ta kontakt med sokneprest Åse Maria S. Haugstad AH683@kirken.no eller kirketorget i Oslo kirketorget.oslo@kirken.no / minkirkeside.no/oslo

ØNSKER DU SKYSS TIL GUDSTJENESTEN?

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

LIVSHJULET

8. mai – 1. oktober 2024

DÅP

Even Christensen Herrestad

GRAVFERD

Brit Margareth Halleland
Mary Wanjiru Karebe Korir
Øystein Lund
Åge Bjørkli
Håkon Olav Rosenvinge
Ellen Marie Larsen
Jenny Strønen



SPORTS- GUDSTJENESTER I ØSTMARKSKAPELLET

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

20. oktober: Sigmund Akselsen

27. oktober: Kåre Skråmestø

3. november: Knut-Helge Badendyck Møller

10. november: Liv Hegle

17. november: Gunnar Kagge

24. november: Kjell Nordstokke

1. desember: Espen Hasle

8. desember: Morten Holmqvist
Fakkeltog fra Grønmo kl 16, gudstjeneste kl 17 og risgrøt kl 18

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



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

Hjemmeside: kirken.no/hauketo-prinsdal

Facebook: /HauketoPrinsdalMenighet

OPPSLAGSTAVLE



Fest for frivillige

ONSDAG 23. OKTOBER KL. 19

Velkommen til fest for frivillige i Hauketo-Prinsdal menighet!

Mat fra Forandringshuset

Musikk ved Jonas Bjørnerud (saksofon) og Bjarte Rimehaug (piano)



Kirkas **TIRSDAGS treff**

Åpen samtalegruppe om livets små og store tema

Salg av vafler og kaffe i Seniorsenterets kafé

Innledning til tema og samtale

29. oktober kl 14:30
Mental helse

10. oktober markeres verdensdagen for psykisk helse. Hva er viktig for deg for å holde på en sunn mental helse?

26. november kl 14:30
Jul/tradisjoner

Hva er viktig for deg med julen?
Hvorfor er tradisjoner viktig for oss?

Har du behov for samtale alene, kan vi lage en avtale om det. Ta kontakt med Åse Maria Haugstad, (prest) tlf.nr 91854942
Susanne Dommersnes Sivertsen (diakonmedarbeider) tlf 40814154



23. november kl. 11-13

JULEVERKSTED

For alle barn

Vi starter med en liten samling i kirkerommet kl.11, før vi går opp i 2. etasje og har verksted.

Det koster 50 kr, og du får med deg alt det du har laget!
Velkommen!

Hauketo-Prinsdal kirke



TEMAKVELD OM SORG

“Å LEVE MED TAP OG HÅP - SAMTIDIG”

med prest og forfatter Sjur Isaksen

torsdag 14.november kl.19

i Holmlia kirke

Det blir informasjon om oppstart av sorggrupper i desember.

DEN NORSKE KIRKE
Klemetsrud og Mortensrud

HOLMLIAKIRKE



HAUKETO-PRINDAL KIRKE

Smaken av jul

LØRDAG 23. NOVEMBER
KL 11-15

KAFFE - SALGSBODER
GRILLING PÅ BALPANNE
MUSIKALSKE INNSLAG
JULEVERKSTED FOR BARN
ÅRESALG - HOVEDLOTTERI



LYS VAKEN

30.NOV-1. DES I HAUKETO-PRINDAL KIRKE

Hvert år samles barn fra 5. - 6. og 7. klasse til overnatting i kirken. Det er en spennende og mystisk opplevelse! Vi skal leke sammen, bli kjent med andre barn fra skoler i nærområdet, øve til søndagens gudstjeneste, spise god mat, ha kveldskino, og overnatting i selve kirkerommet.

Lørdag 30.november: kl 18.00 (overnatting til søndag.)

Søndag 1.desember: kl 11.00 (gudstjeneste) - velkommen til familie og venner - opplegget er ferdig etter gudstjenesten.



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)

Elsa Bergan (102) er aktiv på facebook og følger godt med i tiden.



En ung Elsa (midt i gruppen t.h) feirer 5-årsdag i 1955 utenfor i Nedre Prinsdalsvei. Sønnene Lars og Sjur i Fanakofter. Jon sitter i lekegrinden lenger bak i bildet. (Foto: Privat)

Aktiv og engasjert

Med sine 102 år er Elsa Bergan den eldste hjemmeboende i Dalen. Men ikke alle på hennes alder er aktive på facebook og kjører scooter.

TEKST OG FOTO: SUSANNE DOMMERSNES SIVERTSEN

Fra leiligheten i andre etasje har Elsa god oversikt over Prinsdal, og hun kommer selv ned trappen for å ta imot oss. 102-åringen kom til Prinsdal første gang for over 70 år siden, og i et av svenskehusene vokste det opp etter hvert fire sønner. Nå er tre av dem borte, men Elsa besøker gravene deres på Klemetsrud ofte.

Byjente

Elsa er Kristianiajente, født i 1922 og eldst av tre søstre. De første årene bodde familien i Observatoriegaten hvor foreldrene drev gartneri. Siden ble det mange flyttinger, både til Ski, Røa og Volvat. Elsa utdannet seg til syerske, og gikk tre år i lære i en sybutikk i Røakrysset. – Etter noen år startet jeg min egen systue i leiligheten vi bodde i på Volvat. Jeg begynte å sy hatter, og det ble mange brudekjoler i løpet av den tiden, forteller Elsa.

Kreative sysler

Etter mange år i Prinsdal, flyttet hun og gjorde andre ting, før hun kom tilbake til Prinsdal i 1998. Da ble hun spurt om å hjelpe til på Prinsdal skole på kjøkkenet, og etter hvert også som formingslærer.

Mange Prinsdøler kjenner henne fra denne tiden.

Elsa er en vital 102-åring, og holder seg aktiv med mange hobbyer. Hun strikker, hekler og broderer mye. Nå har hun akkurat gjort ferdig en bunad som hun har brodert til niesen sin.

– Den første Målselvbunaden broderte jeg da jeg var 99 år, og siden har det blitt to til, smiler Elsa. Hun har alltid holdt på med kreative sysler, og tidligere underviste hun elever i porselensmaling på gamle Speidern.

Holder seg aktiv

– **Hva gjør du for å holde formen?**

– Jeg har alltid vært virksom og nokså sporty. Etter hoftoperasjon kjøpte jeg meg en gåmaskin, og med den kan jeg trene når jeg vil. Jeg har en scooter som jeg kommer meg rundt med, og da kjører jeg gjerne både til Lambertseter, Skullerud og Hvervenbukta, forteller Elsa. Hun er aktiv på facebook, har både pc og ipad og følger godt med på hva som skjer rundt seg. Særlig liker hun å følge med på facebooksider som legger ut bilder fra gamle Oslo og Prinsdal. Her kommenterer hun ofte og bidrar med kunnskap og viten om forne dager.

– **Hva er det som gjør at du har blitt over 100 år, tror du?**

– Jeg tror det er først og fremst gode gener. Min mor ble 105 år. Ellers har det nok hatt god påvirkning at jeg alltid har holdt på med noe og hatt et godt humør, sier Elsa.

Systemet ikke for 100-åringer

Det eneste Elsa har å klage på, er at banker og andre instanser ikke vil godta alderen hennes.

– Når jeg kommer på apoteket for å kjøpe medisin, godtar ikke systemet at jeg er 102 år. Det har endt opp med at jeg har måttet ta med passet, og da har jeg kommet gjennom. Jeg har vært tre ganger i DNB i byen for å prøve å få ordnet opp i dette. Enda jeg har ansiktsgjenkjenning på telefonen, så får jeg ikke godkjent.

– Har dere ikke aktive kunder over 100 år? sa jeg til dem. Dette problemet har jeg prøvd å finne ut av i halvtannet år, uten hell, sier 102-åringen, engasjert.

– Nå som det er flere 100-åringer, må det bli en løsning på dette, mener Elsa, og sender utfordringen til den det måtte gjelde.

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



VINTERVED



Bjørkeved i 40 L sekker levert rett hjem til deg!

125 kr pr. sekk inntil 10 sekker
120 kr pr. sekk over 10 sekker

Bestill nå:



Skann QR koden

SMS: 412 09 850

E-post: ved@ptskelekorps.no

Oppgi navn, adresse, telefonnummer og antall sekker.

Levering starter i uke 41

Overskudd av salget går til Prinsdal Toppåsen skolekorps

Betaling ved levering:

vopps | KORT

Takk for støtten! 😊

Med vennlig hilsen oss i Lions Hauketo og Prinsdal Toppåsen skolekorps.

Vil du vite mer om hva Lions Hauketo gjør? Følg oss på Facebook og besøk nettsiden vår: oslo-hauketo.lions.no

Når sorgen rammer

Da Galina (54) Dyrnes brått mistet mannen Odd for halvannet år siden, var hun i sjokk. For henne har det å være med i sorggruppe vært en god erfaring.

TEKST OG FOTO: SUSANNE DOMMERSNES SIVERTSEN

Det var 16. mai og Odd ville en tur på hytta. Galina ble hjemme. Helt uventet faller Odd om og dør. Galina får telefon om hva som har skjedd, og er helt i sjokk. Ingen av dem hadde tenkt at Odd skulle dø nå. Han var en aktiv mann med mange jern i ilden. For Galina ble det viktig å få bearbeide sorgen.

– Jeg tenkte tidlig at jeg ville være med i en sorggruppe. Å bearbeide sorg er veldig viktig. Jeg syntes det var vanskelig å snakke med barna mine om sorg; jeg måtte være sterk for dem. Men datteren min og jeg meldte oss på hver vår sorggruppe. Slik kunne vi ha hver vår fortelling, forteller Galina, som begynte på sorggruppen som Hauketo-Prinsdal og Holmlia kirker har sammen.

– Hele sommeren etter at Odd var død holdt jeg sorgen inni meg, og jeg lengtet etter å få dele sorgen i gruppen, som startet like før jul. Jeg ble overrasket over at ingen var som meg. Ingen har din sorg. Men jeg opplevde gruppen som fin og støttende, og det var lett å dele min historie. Selv om det var sårt og vanskelig å snakke, kunne jeg være meg selv i gruppen. Først da jeg begynte i sorggruppa, gråt jeg, forteller Galina.

Kjærlighet over grenser

Galina Ivanova Gueorguieva Dyrnes er opprinnelig fra Bulgaria, og er vokst opp ved byen Varna ved Svartehavet. Hun er utdannet pedagog, og jobber som

pedagogisk leder i en barnehage. Han som skulle bli mannen hennes møtte hun da hun var 21 år og stod og solgte kunst på stranda i hjembyen. Odd kjøpte et stort oljemaleri, og da hun trengte hjelp til å flytte de andre maleriene på grunn av regnet, hjalp nordmannen henne. Han gikk, men senere kom han tilbake og de begynte å snakke sammen. Odd reiste tilbake til Norge, og Galina hadde planer om å studere i Canada. Men tre uker senere kom han tilbake til Bulgaria, og de ble godt kjent. Odd møtte familien hennes og et år senere flyttet Galina med ham til Oslo. De giftet seg i 1992, og siden var det dem. På veggen i stua henger enda maleriet som Odd kjøpte. Han er hennes store kjærlighet.

Å dele er verdifullt

– **Hvilke erfaringer gjorde du deg med sorggruppen?**

– Jeg ble opptatt av andres sorg, og glemte litt min egen. Jeg så også at man kan gi rom til alle og lytte. Gruppen ble viktig, og jeg ville ikke gå glipp av samlingene. Til hver samling var det forberedt gode spørsmål til et tema, og det var et strukturert og veiledende opplegg. Gjennom å dele klarte vi å få ut det vi tenker om våre kjære. Det gav meg perspektiv, og fortalte meg at sorg er en prosess, og at vi kan få tilbakefall. Gruppen hjalp meg også å se bedre hvordan jeg har det, og at jeg har ting å være takknemlig for. Spesielt da vi skulle



Sorggruppen har lært meg å se bedre hvordan jeg har det, og at jeg har ting å være takknemlig for.

fortelle om den vi hadde mistet, kjente jeg på stolthet og glede over å fortelle om min Odd. Det var også fint å få snakke om begravelsen i gruppen. Selve dagen var jeg nesten ikke tilstede, så det å snakke om det i ettertid, var fint.

Perspektiv

– **På hvilken måte har sorggruppen gjort deg rustet til å gå videre?**

– Jeg har lært at jeg må være takknemlig for minnene jeg har og for at jeg har kjent dette mennesket. Jeg var sint og lei meg, og syntes livet var urettferdig da jeg mistet mannen min. Dette sinnet fikk jeg ut i sorggruppa. Gjennom å lytte til de andres historie, så jeg også at det ikke bare er jeg som har det vondt. Og jeg ble selv bekreftet for det jeg har vært gjennom. Så har jeg også lært at det er lov å være litt snill mot seg selv, og det er lov å være svak. Men må ikke alltid være flink og sterk, sier Galina Dyrnes.

I desember starter det opp en ny sorggruppe i Holmlia kirke.



For Galina betydde det mye å få vise bilde av og fortelle om sin Odd på sorggruppa.

DIKT MED MAJ VOLDEN



BILDER

Vi er skapt i Guds bilde, står det i Bibelen.

Som mennesker skaper vi bilder av det vi erfarer, hører, ser og leser knyttet til tro eller tanker om noe guddommelig.

Mennesker søker og håper, skaper mening og finner trøst.

Jeg vil her dele 3 dikt som jeg tenker tar utgangspunkt i det, på hver sin måte.

Illustrasjonen er et maleri av min morfar, Johannes Johnsen Hølleland, av Jesus i Getsemane. Bildet er nok malt etter et annet, for meg ukjent, maleri.

Mor har fortalt at det i hennes barn-dom, hang over senga til mormor og morfar. Jeg vet ikke hvilke tanker de hadde om Jesus, men jeg velger å tro at det ga dem en trygghet å se på bildet, når de la seg om kvelden, etter en hverdag med sine 15 barn.



MIN TROSBEKJENNELSE

Jeg tror på den nakne legende om mennesket Jesus Kristus. Jeg tror på ham slik han var før menneskene formet hans bilde på perlebesatte krusifikser, før sjølbehagelige prester lespe hans navn over silkedukede altere i katedraler reist til hans ære, før de velsignet blodige krigsvåpen og sang hans navn over slagmarkene, før de kamuflerte falskhet og råttenskap med hans hellige stråleglorie.

Jeg tror på tømmermannens sønn – den fattigste av de fattige. Han som ikke eide en stein å kvile sitt trøtte hode mot. Han som prediket kjærlighetens og brorskapens evangelium for pøbelen på byenes torg. Han som hjalp der sjukdom og nød herjet, og gråt bittert over sitt folks bunnløse elendighet.

Han som gikk uanfektet omkring mellom skjøger og lassiser med spissborgernes hånende øyne rettet mot seg, Han som dreiv høkerne ut av templet med hvinende piskeslag. Ham tror jeg på.

Denne Jesus det evige og sanne menneske – måtte dø mellom røverne på Golgata, dømt som en fare for samfunnet. Slavenes og piskesvingernes gjennområnne samfunn.

Men hans Via Dolorosa går som en skinnende vei gjennom alle århundrer. Det store og gode menneskes vei mot lengselens morgenland.

Hans Børli

ALTAR

Her er eit helga altar for alle som ønskjer be. Mange har søkt inntil det og tagale bøygt sitt kne. Vi óg kjem framåt med hjarta fullt og snur oss den same lei. Vi vil berre ønske for alle som ber: Å Gud, ver til for dei!

Dei må ikkje tru på deg fåfengt gjev deira voner held.

Gjev dei må finna dei kjære som kvar i dødens djupe kveld. Gjev han er til, den freden, dei vonar å nå til slutt, femnast av den må alle dei som bad om det sårt og trutt. Ja det må vere ei open dør for alle som heim vil snu.

Hjartet er fullt av bøn i kveld for alle menneskers tru.

Haldis Moren Vesaas

PETERSPLASSEN

Køen åler seg fram på Petersplassen

Einskilde menneske på veg inn i katedralen Han som slepp dei inn stod tidleg opp for å rekke bussen

Tusen kjenner ei byrjande glede Fem hundre skal be for sine born Femten hundre tenker på paven

Alle skal vende seg mot altaret

Eg blir att utanfor ved søylene, men tenker litt på Gud

Maj Volden



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

HVA ER VIKTIG FOR DEG?

Noen ganger vet du ikke hva som er viktig for deg før det ikke er der lenger.

I nærmiljøet vårt er Velhuset nå solgt, og den møteplassen som huset stod for, er nå ikke lenger et selvsagt tilbud. For noen kjennes det ut som noe viktig blir borte, uten at man egentlig var en del av det.

Mange er forundret over at huset ble solgt, men de som har vært engasjerte i huset og i Velforeningen har sett dette komme lenge. De har kjent på fortvilelsen over lavt engasjement og å dra lasset alene.

Men selv om Velhuset er solgt, er det ikke for sent å jobbe for et godt lokalsamfunn. Men salget er kanskje en oppvekker til oss alle – vi må ta vare på det vi har som binder oss sammen som lokalsamfunn. Om det er et sted, en tradisjon eller engasjement for et tema. Kanskje setter dette i gang nye tradisjoner, nye bekjenskaper og nytt engasjement?

Vi håper bladet Kongeveien kan være med og bidra til følelsen av fellesskap, og at Hauketo og Prinsdal er et godt lokalsamfunn. Håpet er at det vi velger å skive om i bladet kan bidra til dette.

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

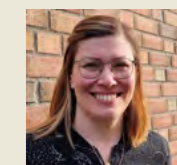
Cecilie Trogstad Johnsen

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

Menighetsrådsleder

Hans Petter Heggelund

Tlf 90631322 // hpeggelund@gmail.com



JULEFEIRING I KIRKEN

Hauketo - Prinsdal kirke

JULAFTEN

Tirsdag 24. desember

Gudstjenester kl 14.00 og kl 15.30

Romjulssøndag

Søndag 29. desember

Gudstjeneste kl 11

1. JULEDAG

Onsdag 25. desember

Høytidsgudstjeneste kl 13

Prinsdal kammeri

Hellig tre kongersdag for små og store!

Søndag 5. januar kl 11

– vi vandrer sammen og finner stjernen, krybben og Jesus-barnet.



«Det er ingenting å tilgi»



For noen år siden hørte jeg på en podcast hvor en av «the grand old ladies» i amerikansk «selvutviklingsbevegelse» (i mangel av et bedre ord), Christy Whitman, intervjuet en gjest. Gjestens navn har jeg glemt, men noe hun sa fikk meg til å spisse ører. Liksom i forbifarten sa hun: «Of course, there is nothing to forgive...». Ingenting å tilgi?? De fleste av oss vil vel si at vi har noe å tilgi, og ikke minst å bli tilgitt.

Men jeg kom til å tenke på Solveig i Ibsens Peer Gynt. Hun forlater familie og venner og kommer til ham i hytta på fjellet. Han tar hjertelig imot henne, men så innhenter fortiden ham, og han rømmer, følger Bøygens råd og går utenom. Han ber henne om å vente, og hun venter og venter. Hun gjennomgår graviditet, fødsel og barnestell alene, og mister attpåil synet.

Omsider kommer han, trett og desillusjonert, men endelig moden til ikke å gå utenom. Han ber om hennes dom, og hun

svarer: «Livet har du gjort meg til en deilig sang.» Og når han spør om hun kan si ham hvor han har vært siden sist «som seg selv, den hele, den sanne, med Guds merke på min panne», svarer hun smilende: «Den gåten er lett. I min tro, i mitt håp, og i min kjærlighet.»

Her er det ikke tale om tilgivelse. Skulle hun tilgi han som hadde gjort hennes liv til en deilig sang? Det ville jo være absurd. Og hun sier sannheten. Peer HAR gjort hennes liv til en deilig sang. Ikke ved å GJØRE det han gjorde, men ved å VÆRE det han var, i hennes tro, håp og kjærlighet.

Så kanskje ER det ikke så mye å tilgi, men desto mer å vite og kjenne – og elske. For å kjenne fullt ut ER å elske.

THOR SANDMEL (77 ÅR)
Pensjonert matematiker.
Har bodd i Prinsdal siden 1989.