

# Kirkebladet



INFORMASJON FRA HØYBRÅTEN, FOSSUM OG STOVNER MENIGHET | nr 1:2026 | Årg.14



**TEMA:**  
**FORNYELSE**



HØY-  
BRÅTEN



FOSSUM



STOVNER

# Ny vår

**V**i har passert vintersolverv og går igjen mot lysere og varmere tider. For mange oppleves det som en tid med håp og undring for det som skal komme og naturen som igjen våkner til liv.

Vi har mye å glede oss over og være takknemlig for denne våren; nye medarbeidere, ombygging av Fossum kirke, nye gudstjenestefeiringer, høy aktivitet og tilbud til alle aldre, for å nevne noe. Jeg ønsker særlig å trekke fram økende oppslutning rundt babysang og mange nye barn på vår nye barnemesse. Det er også på mange måter en ny vår.

Siden bispevisitasen våren 2024 har vi jobbet videre med de utfordringene biskopen ga oss. En av de var å tenke nytt om gudstjenestelivet. Vi har etablert suppe & messe i tillegg til nevnte barnemesse. Dette og mer kan du lese om i denne utgaven av Kirkebladet.

*Med ønske om lyse dager!*

ANETT JØRGENSEN  
Daglig leder i Høybråten, Fossum  
og Stovner menighet



## Støtt menigheten – bli giver!

Menighetens arbeid er avhengig av økonomisk støtte utover offentlige tilskudd. Din gave bidrar til fellesskap, diakoni og trosopplæring.

### Gi enkelt med VIPPS:

Høybråten kirke: 38935, Fossum kirke: 40855,  
Stovner kirke: 40856

Bankkonto: 7874 06 68063

**Bli fast giver!** Støtt menigheten eller våre vennskapsmenigheter i Kekava (Latvia) og Nablus (Vestbredden).

Tusen takk for din gave! ❤️



Scann QR-kode for å finne mer informasjon

## Få vårt nyhetsbrev?

Det kommer ut én gang per måned.

Ta kontakt med menighetskontoret på post.hfs.oslo@kirken.no eller tlf 23 62 95 60



## INNHold:

- 3 Til ettertanke
- 4 Intervju: Einar Strøm
- 5 Intervju: Regatu Negeri
- 6 Bispevisitt
- 7 Ny gudstjenester
- 8 Camino kantori
- 9 Oslohjelpa
- 10 Nytt fra bydelen
- 12 Gudstjenester
- 13 Øvrig program
- 14 Barne- og familieprogram
- 15 Barnas side
- 16 Fossum-prosjektet
- 18 Globalt fokus
- 22 Kontaktinfo & Livshjulet

## KIRKEBLADET:

Kommer ut med 3-4 nummer i året.

**Opplag:** 13.000

**Ansvarlig utgiver:** Menighetsrådet i Høybråten, Fossum og Stovner menighet

**Redaksjonssekretær:** Inger Lise Lillevik

**Redaksjonskomite:** May Grimdalen, Jarle Ruud, Robert Wright og Inger Lise Lillevik

**Design/layout:** Morten Ravnbo og Paul Danielsson • www.ravnbo.com

**Forsidebilde:** Terje Peersen

**Har du stoff eller ønsker du å annonsere?** Send en e-post til il333@kirken.no

Vår designer kan lage annonse for deg, om du trenger det.

**Neste nummer:** Frist for stoff er 8. mai. Deles ut fra 12. juni.

## INFORMASJON:

**Gaver til menigheten** kan sendes til konto 7874 06 68063

**Hjemmeside:** www.kirken.no/hfs

**Trykk:** UnitedPress

 **DEN NORSKE KIRKE**  
Høybråten, Fossum og Stovner menighet

# Fastetiden er en tid for solidaritet og selvrefleksjon

**D**et er en tid i året der vi løfter blikket og ser omgivelsene våre, samtidig som vi vender blikket innover og reflekterer over hvordan våre valg og handlinger påvirker verden rundt oss.

I denne teksten ønsker jeg å dele noen tanker om fastetiden – forberedelsestiden frem mot den store høytiden påske.

Fastetiden er en tid for ettertanke og for arbeid med å bygge gode relasjoner, både med Gud og med menneskene rundt oss. Den rommer både et innover-rettet og et utover-rettet perspektiv. Vi gransker oss selv, våre holdninger og vaner, og vi ser utover for å finne ut hvordan vi kan leve i solidaritet med mennesker verden over.

Fasten kan være en tid der vi gir rom for det vi opplever at vi bør arbeide med i oss selv. Kanskje handler det om sider ved oss selv vi ikke er helt fornøyde med, eller ønsker å utvikle videre. Det kan for eksempel være å bli mer inkluderende, vise større omsorg for andre, eller bli mer bevisst på egne vaner og uvaner. Hva dette innebærer vil variere fra menneske til menneske. Det viktige er ikke hva vi velger å ta tak i, men at vi faktisk tar oss tid til refleksjon over hvordan vi påvirker våre omgivelser.

Fastetiden er også tiden der vi går sammen med Jesus på veien mot påske – mot lidelse og død, men også mot oppstandelse og evig liv. Det er en tid preget av kontraster: mørke og lys, alvor og håp. Derfor kan fastetiden også være en tid preget av det dempede og det nedtonede, både i kirkeliv og hverdag. Med de lysere dagene i vente skal vi snart få feire oppstandelsen og livet, samtidig som året går mot vår og sommer. Fastetiden hjelper oss å ta imot påskens glede med større dybde.

Fastetiden er altså både en tid der vi ser innover i våre egne liv og det vi strever med, og en tid der vi vender blikket utover – mot det vi kan bidra med for andre. Vi løfter blikket opp mot Gud og utover mot våre medmennesker, i solidaritet med verden.

I kirken blir dette helt konkret gjennom at konfirmantene står i spissen for fasteaksjonen i regi av Kirkens Nødhjelp. Målet er å bidra til tilgang på rent vann for mennesker i andre deler av verden, og å hjelpe lokalsamfunn til å ta i bruk vannressurser slik at de kan dyrke mat og skape et bedre livsgrunnlag for seg selv og sine. Dette er viktig for verden, men også for konfirmantene, som gjennom aksjonen får et større innblikk i hva solidaritet betyr i prak-

sis, og en bevissthet om at ikke alle har de samme forutsetningene som oss. Det er godt å gjøre noe for andre. Her kan vi alle bidra – dette er menighetens fasteaksjon, der vi sammen kan utgjøre en forskjell.

I Jesaja, kapittel 58, hører vi profeten tale om den fasten Herren har valgt:

*«Nei, dette er fasten jeg har valgt:  
å løse urettferdige lenker,  
sprengre båndene i åket,  
sette undertrykte fri  
og bryte hvert åk i stykker,*

*å dele ditt brød med sultne  
og la hjelpeløse og hjemløse komme i hus.  
Du skal se til den nakne og kle ham,  
du skal ikke snu ryggen til dine egne.»*

Her finner vi fastetidens kjerne: å løfte blikket og la seg berøre – av Gud og av verden. Når vi lar oss bevege til handling, tror jeg verden kan bli et litt bedre sted for oss alle.

## God fastetid – og god påske, når den tid kommer

AV GEIR GJESSING

Til ettertanke



Innsettelse av kapellan Einar Strøm og fremstilling av menighetspedagog Regatu Negeri søndag 11. januar. Foto: Jarle Ruud



NY KAPELLAN: EINAR STRØM

# Fra gårdsbruk til prestetjeneste

Vi har fått en ny prest i menigheten. Einar Strøm er fra Fosen, nord for Trondheim. Vi har tatt en prat med han og registrerer at han kan mye mer enn å være prest!

**E**inar er en 1968 modell som vokste opp på et lite nybrott av et småbruk på Fosen. Guds frykt med nøysonhet og aktivt menighetsliv i Normisjon, preget oppveksten. Egentlig var dette et stykke fra den norske "folkekirken", sier Einar. Helt naturlig tok han agronom-utdannelse og ble gårdbruker. Han vet altså hva Jesus mener når han sier "fø mine lam", eller forteller lignelsen om såmannen.

Det er møtene med mennesker som Einar vil snakke mest om. Være med å skape livsmot og livsglede. Det å treffe mennesker med svært ulik bakgrunn, og gi støtte på veien er tydelig en del av hans kallstanke som han gleder seg til i vår svært så sammensatte menighet.

Men veien fra gårdsbruk på Fosen til HFS menighet er lang! Agronomen tok like godt fireårig teologisk master-utdannelse på Fjellhaug i Oslo. Det ble opptakten til at familien reiste ut som misjonærer i Etiopia. Et liv med en afrikansk stamme, langt fra de store byene, gav masse kunnskap om relasjonsbygging og strategi for å tenke nytt. Det er ikke vanskelig å forstå kjærligheten til dette kontinentet som vi også finner igjen i vår menighet. Einar forteller med begeistring om innsettelsen i vår menighet, med tilstedeværelse av Oromo-menigheten og andre med afrikansk opprinnelse.

Etter at familien kom tilbake fra Afrika var det tilbake til Fosen med et behov for et roligere liv. Einar ble kirkegårds-



Einar er tydelig på en glede over å ha kommet akkurat hit.

arbeider og studerte sjelesorg. Han legger ikke skjul på at han også er en praktiker og trives med det. Men med sin bakgrunn ble han ved behov også brukt som prestevikar. Biskopen ville ha han som fulltids-prest og etter et halvt år med praktisk presteutdannelse ble han sokneprest på Fosen. Men med frue som fikk jobb i Oslo samt barn og barnebarn samme sted, ble det så Oslo på Einar også. Først var det vikarstilling i Tonsen, men nå altså fast her i "HFS" menighet.

Einar er tydelig på en glede over å ha kommet akkurat hit. Til en svært sammensatt menighet befolkningsmessig. En menighet med et stort livsynsåpent tilbud til barna i bydelen og ikke minst til gudstjenestefeiringen.

Vi gleder oss til å bli mere kjent med Einar Strøm.

# Regatu Negeri

Regatu Olana Negeri startet som menighetspedagog i HFS menighet 1. desember 2025. Vi tok en prat med henne for å bli litt bedre kjent.

**R**egatu er født og oppvokst i Etiopia. Her studerte hun teologi og tok en bachelor, før hun tok jobb i en stilling som tilsvarende det vi kaller kateket i Norge. Oppgavene tilsvarte i stor grad det hun også skal jobbe med i HFS menighet. Til Norge kom hun i 2005, og har bodd i Oslo siden. Her har hun blant annet studert på Oslo Teologiske fakultet. I HFS menighet har hun vært med å arrangere flere aktiviteter, selv om mye av tiden nå går med til planlegging av det som skal komme. «Jeg har blitt tatt imot med varme i HFS menighet, blant hyggelige og profesjonelle kolleger» sier Regatu.

Som menighetspedagog i HFS menighet vil hun primært arbeide

med barn fra de minste opp til konfirmasjonsalder, men også bidra i oppgaver knyttet til de som er noe eldre.

– Jeg har hele tiden hatt et kall om å jobbe med barn og unge» sier Regatu. «Barn er viktige i Guds øyne, og jeg vil gjerne bidra til at de får oppleve det, sier hun.

Studiene hun har gjennomført i Etiopia og i Norge har gitt henne mye av det som behøves for å bli prest. «Jeg vurderer fortsatt om jeg faktisk skal bli prest, som min far» sier Regatu. Men i første omgang skal innsatsen rettes mot jobben som menighetspedagog i HFS menighet. Vi ønsker henne hjertelig velkommen!

# Takk, biskop Sunniva!

Vår biskop Sunniva Gylver ble vigslet 23. februar 2025 i Oslo domkirke. Kort tid etter fortalte hun at hun ønsket å gjennomføre bispevisitt i alle soknene i Oslo bispedømme innen et år.

**T**orsdag 4. desember besøkte hun fellessamling for hyggetreff og formiddagstreff i Høybråten menighetshus, og jeg fikk anledning til å intervju henne.

Under vigslingen talte hun om å inspirere, støtte og veilede. Jeg spurte hva hun legger i å veilede. Hun pekte raskt på ansatte og frivillige i menighetene. Er vi tydelige på hvem vi er og hva vi gjør, blir det lettere for mennesker å ta kontakt. Hun viste også til korset hun bærer – og betydningen av å være tilgjengelig og til stede. Hun siterte Jesu ord: «Du skal elske din neste som deg selv.» Å elske seg selv handler, om å verdsette og bruke de gavene vi har fått, slik at vi kan bringe noe godt til andre. Som biskop ønsker hun å inkludere både Folkekirken, andre kirkesamfunn og mennesker med annen tro eller livssyn.

Hun talte også om å tro, håpe og kjempe. Åpent delte hun erfaringen av å ha mistet sin mann, og oppmuntret oss til å våge å snakke om både glede og sorg, liv og død. Hun er takknemlig for en jordnær tro med hverdagslige gudsopplevelser – «de kan være sterke nok».

Hun avsluttet med Herrens velsignelse.

Takk, kjære biskop Sunniva!

May Grimdalen

Fra venstre:  
Daglig leder Anett Jørgensen,  
May Grimdalen,  
sogneprest Elise G. Skredsvig,  
Torkil Hvidsten, områdeleder,  
biskop Sunniva Gylver og  
prost Christofer Solbakken.



Biskop Sunniva Gylver.



Gaveoverrekkelse til biskopen ved Anett Jørgensen og Elise G. Skredsvig.



Fellessamling i Høybråten menighetshus.



Foto: Frøydis Cedervik/Steinrud



# Camino kantori sang julen ut



Foto: Ananinder Singh Malhi

Lørdag 10. januar var det duket for konsert med Camino kantori i Stovner kirke. «Vi synger julen ut» var overskriften, og kantor og dirigent Yngve Sporild Breievne ledet både kor og et ganske tallrikt publikum gjennom kjente og noen ukjente julesalmer.

FOTO OG TEKST: JARLE RUUD

**A**llerede fra start ble det klart at her skulle også publikum være med å synge, og korleder Yngve anmodet alle om å reise seg og bli med på noen enkle oppvarmingsøvelser. Dermed gjorde det lite at koret hadde noe forfall på grunn av sykdom: – publikum stemte i og ga konserten en ekstra dimensjon.

Gjennom konserten ble både allsang og salmer fremført av koret alene, og publikum fikk være med å bestemme repertoaret underveis ved å velge fra salmeboka. Korleder Yngve ledet det hele med fast hånd, og supplerte underveis med informasjon om salmenes opphav.

Camino kantori leverte en solid konsert tross en noe redusert besetning. De ønsker seg flere medlemmer, og oppfordrer alle som har en sangfugl i magen til å komme på øvelser. Korets ferskeste medlem, Signe Mathea Malhi, angrer ikke på at hun tok sjansen – hun dukket opp på en av korets øvelser, og har vært fast medlem siden. «Her ble jeg tatt imot med åpne armer» sier hun. «Man behøver ikke synge på proffnivå for å bli med».

**Dermed er oppfordringen klar: Kom og bli med om du har lyst til å prøve deg på korsang! Øvelsene finner sted i Stovner kirke hver mandag kveld kl 18.30-21.00.**



# Når gudstjenesten flytter på seg

Med frihet til å prøve nye former ønsker vi å skape gudstjenester med lav terskel for både små og store.

**V**åren 2024 hadde vi besøk av daværende biskop i Oslo, Kari Veiteberg. Én av utfordringene hun ga oss, var å våge å tenke nytt om gudstjenestelivet. Vi fikk stor frihet til å prøve gudstjenester på andre dager og til andre tider, og til å tilpasse form og innhold. Høsten 2025 satte vi derfor i gang to nye gudstjenestesatsinger i Stovner kirke.

## Suppe og messe

Én søndag i måneden kl 16 dekkes det til suppe i Stovner kirke. Du er invitert til å bli med rundt middagsbordet sammen med unge og gamle, små og store.

Kl 17 feires gudstjenesten. Gudstjenesten har en enkel form, ofte med band og variert musikk fra den verdensvide kirke. Etter en kort preken inviteres det til bønnvandring med nattverd og ulike stasjoner som varierer fra gang til gang.

## Barnemesse

Den andre satsingen er barnemesse siste torsdag i måneden. Vi starter med en enkel middag kl 16.30 før gudstjenesten begynner kl 17.

I barnemessen er barna med på å forme og gjennomføre en vandregudstjeneste i kirkerommet. Det har vært godt oppmøte, og vi gleder oss over små føtter i kirkerommet, lys som tennes og stemmer som synger.

Det synges kjente barnesanger og salmer, vi deler nattverd og lytter til bibelfortellinger – alt tilrettelagt i øyehøyde for barna. Foreldre og foresatte deltar som medvandrere eller tar en liten pust i kirkebenken.

Kanskje er dette gudstjenesteformer som også passer for deg?

Velkommen!



## OSLOHJELPA: Hva er vi?

**O**slohjelpa er et **gratis lavterskel samtaletilbud** for familier med barn fra 0–18 år. Foreldrene bestemmer selv hva de ønsker hjelp til. Målet er å gi tidlig støtte når hverdagen oppleves vanskelig – før problemene vokser seg store.

Her vil du møte to erfarne familieveiledere og en psykolog (tilbake fra permisjon i slutten av mars). Til sammen har vi lang erfaring med å veilede foreldre og snakke med barn og ungdom.

### Hva kan dere hjelpe med?

Flere tar kontakt om barnet er enten mye sint, engstelig eller nedstemt. Andre kjenner på usikkerhet i foreldrerollen, strever med grensesetting eller er uenige om oppdragelsen. Andre er bekymret for om barnet trives på skolen.

Hos oss kan foreldre få veiledning til å forstå barnets følelser bedre, styrke samspillet i hjemmet og skape tydelige og trygge rammer. Barn og ungdom kan også få egne samtaler – alene eller sammen med foresatte. Ved behov samarbeider vi med skole eller andre tjenester, og vi kan også hjelpe med henvisning videre, for eksempel til BUP.

Vi holder også foreldrekurs i samarbeid med andre tjenester i bydelen. Disse blir lagt ut bl.a. på Facebook-siden Barn og Familier i Stovner.

### Hvem kan ta kontakt?

Foreldre kan ta kontakt direkte, eller via helsetasjone, barnehage eller skole. Andre tjenester kan også drøfte saker anonymt.

Man kan ringe oss på nr. 488 64 364. Telefonen er åpen tirsdag–fredag kl 12–13. Du kan også ringe utenom vakttiden. Legg da igjen beskjed. Det går også an å sende epost til [oslohjelpe@bsr.oslo.kommune.no](mailto:oslohjelpe@bsr.oslo.kommune.no)



# PROGRAM

## HØYBRÅTEN BEDEHUS

### Vinter og vår 2026

#### Søndag 8. mars kl 18.00

Felles gudstjeneste med HFS menighet

#### Torsdag 12. mars kl 19.00

Prest i HFS Einar Strøm taler  
Tema: Uten meg kan dere intet gjøre

#### Torsdag 19. mars kl 19.00

Pastor i Groruddalskirken  
Irene Lunde taler

#### Torsdag 26. mars kl 19.00

Påskemåltid etter urkristen skikk ved Bjørn Helge Sandvei, Nils Terje Lunde, Sissel og Thor Alf Gilbrant

#### Torsdag 9. april kl 19.00

Påsketiden i ord og toner ved Marianne Solbakken og MTB

#### Torsdag 16. april kl 19.00

Evsebios av Caesarea «Kirkehistorie» fra 325 oversatt til norsk av Bjørn Helge Sandvei Glenn Wehus. Presenteres av oversetterne

#### Torsdag 23. april kl 19.00

Jorunn Strand Askeland taler

#### Torsdag 30. april kl 19.00

Vidar Kristiansen taler

#### Torsdag 7. mai kl 19.00

Høybråten damekor synger vårens pris

#### Torsdag 21. mai kl 19.00

Prest i HFS menighet Geir Røise Gjessing taler

#### NORMISJON HØYBRÅTEN

er en forening som har som formål å bidra til forkynnelse av Guds ord, og samle mennesker til kristent fellesskap.

Foreningen ble opprettet i 1915 under navnet Høybråten Indremisjonsforening, og har siden 1925 drevet sin virksomhet ut fra Høybråten bedehus – Normisjons hus – Bergtunveien 2.

Her er det møter, korøvelser, bønnegrupper, speiderarbeid og ungdomsklubb. Lokalene leies også ut til møter og andre arrangementer.

#### KONTAKTPERSONER:

**Normisjon:** Nils Terje Lunde  
992 08 616 | nite-l@online.no

**Utleie:** Ingvild Halderaker  
407 35 160 | husbyIngvild@gmail.no

**10-13 klubben:**  
Anne Marte Thorkildson | 469 21 159

**Vaktmester:** Trond Wiggo Gehrken  
403 80 082 | tgehrken@gmail.com

Bankkonto 3000 17 68286  
VIPPS 13622

**Mer informasjon:**  
[www.hoybraten.normisjon.no](http://www.hoybraten.normisjon.no)  
facebook.no @BDhus



## Bli med på UKM Stovner!

**P**å UKM kan du gjøre akkurat det DU vil. Musikk, dans, teater, cosplay, kunst, film, foto, rigg, lys, lyd, programleder, backstage, produksjon – eller noe helt annet du brenner for. Kort sagt: UKM er stedet der du kan være deg selv og gjøre det du digger.

### På UKM får du:

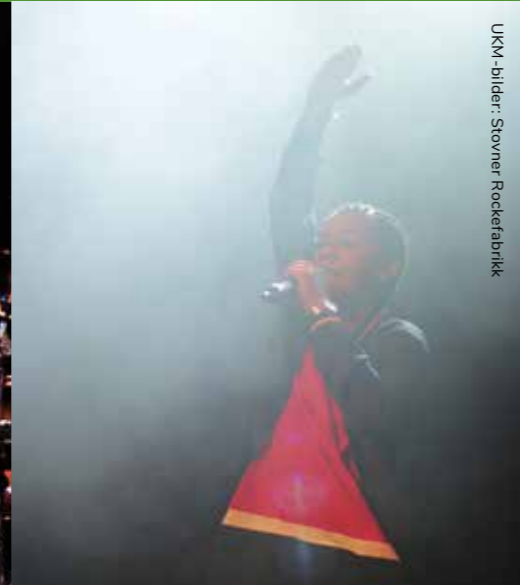
- et profesjonelt og trygt sted å være
- folk som heier på deg og idéene dine
- muligheten til å vise fram det DU brenner for
- sjansen til å prøve deg både som deltaker og arrangør

### UKM har plass til deg – akkurat som du er

Her handler det om skaperglede, samarbeid og å være en del av et fellesskap uten press og konkurranse. Du kan utforske det du liker, utvikle deg og møte både folk som deler interessene dine – og folk som driver med helt andre ting.

### Slik fungerer UKM:

1. Meld deg på via [UKM.no](http://UKM.no).
2. Derfra kan du få muligheten til å representere kommunen din på den regionale festivalen
3. Og kanskje får du også sjansen til å representere fylket ditt på den nasjonale UKM-festivalen.



UKM-bilder: Stovner Rockefabrik



### UKM Stovner – arrangement

Fredag 27. mars

Sted: Rommen Scene

Detaljer gis ved påmelding

NB: Det er helt gratis å være med på UKM!

#### Har du spørsmål?

[www.UKM.no/stovner](http://www.UKM.no/stovner)

[instagram.com/ukmstovner](https://www.instagram.com/ukmstovner)

Tlf/sms: 477 83 297

Mail: [atle.borgeteien@bsr.oslo.kommune.no](mailto:atle.borgeteien@bsr.oslo.kommune.no)



## Aldersvennlig transport

Foto: Bydel Stovner

**Aldersvennlig transport fra Ruter er tilgjengelig i hele Bydel Stovner. Dette tilbudet gjelder for innbyggere over 67 år som trenger dør-til-dør transport for ærender, besøk eller turer.**

Bussene kjører i bydelene Alna, Bjerke, Grorud, Nordstrand, Nordre Aker, Sagene, Stovner, Søndre Nordstrand, Ullern, Vestre Aker, Østensjø samt markaområdene Sørkedalen, Solemskogen og Maridalen.

Tilbudet er ment for enklere, trygg og komfortabel reise for eldre. Tjenesten er tilgjengelig fra mandag til lørdag mellom kl 10 og 18. Bestill via RuterBestilling-appen eller telefon 23 24 28 50 mellom kl 9 og 17.

Reise krever ordinær honnørbillett, kjøpt på forhånd via app, reisekort eller impulskort. TT-kort er ikke gyldig, og billetter kan ikke kjøpes om bord.

Minibussene er tilrettelagt for rullator, rullestol og andre hjelpemidler.

## Send en Bymelding



Bymelding

Gjør snø eller is det ufremkommelig i nabolaget, eller har du lagt merke til avfall, feil eller mangler på fellesarealer som gater, torg, friområder eller idrettsanlegg?

Din tilbakemelding er viktig for å holde disse fellesarealene rene, trygge og i god stand for alle som bruker dem.

Med noen få klikk kan du bidra til at gater og gangveier blir tryggere, eller at avfall hentes. Dette gjelder både i byområder, i marka og i områder rundt indre Oslofjord.

**Meld fra her: <http://bymelding.no/>**

Meldingen går direkte til driftsansvarlig i området.

## Stovner demenskor søker flere korister

Bli med på demenskor i Stovner bydel i samarbeid med Oslo kommune og Musikkhøyskolen.

Du trenger ikke å ha sunget i kor før for å være med.

Vi har øvelse en gang i uka – med sang, enkel bevertning og sosialt samvær.

Øvelser holdes mandager kl 17–19 i Bydelssalen, Karl Fossums vei 30.

### Ved spørsmål, ta kontakt:

[kutluay.tulum@bsr.oslo.kommune.no](mailto:kutluay.tulum@bsr.oslo.kommune.no) eller på telefon: 986 69 954



Foto: Eivind J. Schumacher, Oslo kommune

Nettverk for multikulturelt sosialarbeid drifter nytt eldresentertilbud.

## Nytt eldresenter Tilbud på Stovner for alle eldre

- Sosialt samvær, underholdning og kurs
- Middag til 25 kroner
- Hver mandag og fredag kl 16.00-21.00

I Eldresenter-lokalene på Stovner Senter.

Velkommen!

# VELKOMMEN TIL GUDSTJENESTE

Med forbehold om mulige endringer. Se ellers Groruddalen avis, Vårt Land eller Aftenposten eller menighetens hjemmeside/Facebookside!

## Søndag 15. mars

11.00 Høybråten kirke v/ Einar Strøm  
Tårnagenthelg  
17.00 Stovner kirke v/ Ole Kristian Sand  
Suppe fra kl 16

## Søndag 22. mars

11.00 Stovner kirke v/ Geir Gjessing  
med konfirmantene  
Sponsorløp til Kirkens Nødhjelp  
fasteaksjon etter gudstjenesten  
Kirkeskyss

## Torsdag 26. mars

**Barnemesse**  
17.00 Stovner kirke v/ Geir Gjessing  
Mat fra 16.30

## Søndag 29. mars

**Palmesøndag**  
11.00 Høybråten kirke v/ Einar Strøm  
Søndagskole, kirkekaffe og kirkeskyss

## Torsdag 2. april

**Skjærtorsdag**  
19.00 Stovner kirke  
v/ Geir Gjessing  
Kirkekaffe og kirkeskyss.

## Fredag 3. april

**Langfredag**  
11.00 Stovner kirke  
v/ Ole Kristian Sand  
Korsvandring og kirkekaffe  
etter gudstjenesten

## Søndag 5. april

**1. Påskedag**  
11.00 Høybråten kirke  
v/ Elise G. Skredsvig  
Påskefrokost på Høybråten menighetshus  
kl 09.30-10.30  
Kirkeskyss

## Mandag 6. april

**2. påskedag**  
19.00 Høybråten kirke  
v/ Elise G. Skredsvig

## Søndag 12. april

11.00 Høybråten kirke v/ Einar Strøm  
Barnas påskefest. Alle er velkomne!  
11.00 Stovner kirke v/ Arne H. Krumsvik

## Søndag 19. april

11.00 Høybråten kirke v/ Einar Strøm  
17.00 Stovner kirke v/ Elise G. Skredsvig  
Suppe fra kl 16

## Søndag 26. april

11.00 Høybråten kirke  
v/ Ole Kristian Sand. Fokus på  
vennskapsmenigheten i Nablus.  
Søndagskole og kirkekaffe.  
18.00 Stovner kirke v/ Geir Gjessing  
PULS-messe av og med konfirmantene.  
Alle er velkomne!

## Torsdag 30. april

**Barnemesse**  
17.00 Stovner kirke v/ Elise G. Skredsvig  
Mat fra 16.30

## Søndag 3. mai

11.00 Stovner kirke v/ Elise G. Skredsvig  
19.00 Høybråten kirke v/ Geir Gjessing

## Søndag 10. mai

**Menighetens årsmøte**  
11.00 Stovner kirke v/ Elise G. Skredsvig  
Camino kantori deltar. Søndagskole  
Menighetens årsmøte i etterkant  
av gudstjenesten  
Enkel servering/kirkekaffe og kirkeskyss

## Torsdag 14. mai

**Kristi himmelfartsdag**  
12.00 Liastua v/ Einar Strøm  
Kirkekaffe og Groruddalen historielag  
guider en bit av pilegrimsleden

## Søndag 17. mai

08.15 Stovner kirke v/ Einar Strøm  
Stovner skolekor deltar

## Søndag 24. mai

**Pinsedag**  
11.00 Høybråten kirke v/ Ole Kristian Sand  
Kirkeskyss

## Mandag 25. mai

**2. pinsedag**  
11.00-15.00 Pinsefestival i Grorud kirke  
– en flerkulturell økumenisk festival

## Torsdag 28. mai

**Barnemesse**  
17.00 Stovner kirke v/ Geir Gjessing  
Mat fra 16.30

## Søndag 31. mai

11.00 Høybråten kirke v/ Arne H. Krumsvik  
17.00 Stovner kirke v/ Geir Gjessing  
Suppe fra kl 16  
Skapelsesvandring før gudstjenesten

## Søndag 7. juni

11.00 Høybråtenparken, utegudstjeneste  
v/ Elise Gillebo Skredsvig  
Diakonigudstjeneste. Kirkeskyss.

## Søndag 14. juni

11.00 Høybråten kirke  
17.00 Stovner kirke. Suppe fra kl 16

## Søndag 21. juni

11.00 Høybråten kirke

## KIRKEKAFFE

etter de fleste gudstjenester.

HØYBRÅTEN FOSSUM OG STOVNER MENIGHET

## KIRKESKYSS

ved fellesgudstjenester

Vi tilbyr kirkeskyss til fellesgudstjenester – se datoer i oversikten. Har du behov for skyss disse datoene, kan du ringe 415 43 126.

Napp ut midt-  
sidene og heng på  
oppslagstavla!

# ØVRIG PROGRAM

## HYGGETREFF HØYBRÅTEN MENIGHETSHUS

Variert program, mye hygge og god mat. Onsdager kl 12. Ta gjerne med en gevinst til utlodningen!

**Onsdag 18. mars:**  
Musikterapeut Trine Lise Aasheim:  
Musikkens virkning og betydning

**Onsdag 15. april:** Yngve S. Breievne:  
Våren i ord og toner

**Onsdag 20. mai:** Trond Hestad:  
Forteller om oppveksten på Madagaskar

**Torsdag 11. juni:** Stovner kirke:  
Felles med Stovner/Fossum. Info kommer

## FORMIDDAGSTREFF /HYGGETREFF STOVNER

Allsidig program, god bevertning og loddsalg hver gang! Vel møtt i Stovner kirke tredjehver torsdag kl 12-14.

**19. mars:** Intervju  
med Olav Grimdalen junior

**9. april:** Bjørn Engstrøm:  
Johan Falkberget – hans liv og diktning

**30. april:** Vi blir bedre kjent med Regatu Negeri, menighetspedagog i HFS

**21. mai:** Vi blir bedre kjent med Geir Gjessing, prest i HFS

**11. juni:** Felles med Høybråten:  
Info kommer

## KIRKEQUILTEN

Høybråten Menighetshus. Vi syr, strikker og quilter annenhver tirsdag oddetalsuker i menighetssalen på Høybråten kl 18.00

## STRIKK MED OSS – STRIKKEKAFÉ:

Stovner kirke kl 19-21. 2. onsdag i mnd.  
Strikk med oss eller bare kom for en prat.



## PINSE- FESTIVAL 2026

Velkommen 2. pinsedag –  
mandag 25. mai kl 11-15  
i Grorud kirke

En flerkulturell økumenisk festival arrangeres av Norges Kristne Råd, sammen med ulike menigheter i Groruddalen og Oslo. Gudstjeneste, mat, sang og musikk, og aktiviteter for barn og ungdom.

## SOMMER- KONSERT

Torsdag 4. juni i Høybråten kirke

Grünerløkkens mannskor og Lørenskog seniororkester inviterer til en stemningsfull sommerkonsert. Variert program fra viser, norske klassikere til kjente melodier fra både inn- og utland. Musikk av blant andre Vidar Sandbeck, Lillebjørn Nilsen, Alf Prøysen, Bellman og Halvdan Sivertsen – med perler som Oslo-sommer, God natt Oslo, Visa vid vindens ängar og Can't Help Falling in Love.

Dirigent: Magnus Fremstad  
Pianist: Joakim Moen Tønseth



## GUBBE- GRUPPA I HØYBRÅTEN MENIGHETSHUS

Gubbegruppa er et uhøytidelig treffsted for godt voksne gutter som har en formiddag i uka til disposisjon.

**Når:** Tirsdager kl 11-14

**Hvor:** I menighetssalen ved Høybråten kirke

**Hva:** Vi bruker egne ressurser og bekjentskaper til foredrag og utflukter, så vi kan lære noe nytt og ha det trivelig sammen

## VÅREN 2026

- 17.3 Å samle autografer, fra guttemoro til spekulanter – Sturle Kojen
- 24.3 Vietnamesiske båtflyktninger forteller – Inggard Nilsen
- 14.4 Teglverkene i Groruddalen – Anne Fikkan
- 21.4 «Ønskekvist-fenomenet» – Arnt Inge Vistnes
- 28.4 Dugnad inne og ute ;)
- 05.5 Herman Wedel Jarlsberg; greve i det nye Norge – Vigdis Skaar Nygaard
- 12.5 **Tur:** Omvisning på Lense-museet inklusiv saging av materialer
- 19.5 Helse, mat og trening – Ellen Vinorum
- 26.5 **Sommeravslutning:** Utflukt med partnere til Buvannet i Gjerdrum

Alle innemøter er i Høybråtens menighetssal, start kl 11.00.

## LATVIKVELD

**Tirsdag 21. april kl 19,** Stovner kirke  
Bli med på en hyggelig kveld med musikkinnslag, årsalg og kaffe og kaker.

# PROGRAM FOR BARN & UNGE

For mer info og program,  
se [kirken.no/hfs](http://kirken.no/hfs)

## 0-12 mnd: Babysang

Torsdager kl 11.00-13.00 i Stovner kirke  
Mer info: [www.oslo.kirken.no/hfs](http://www.oslo.kirken.no/hfs)  
og «Babysang HFS» på Facebook

## Storfamilie: SuperTorsdag

Torsdager kl 16.30-18.00 i Stovner kirke  
Middag, lek og aktiviteter for ulike aldre  
• FamilieSANG for barn i barnehagealder  
• SuperKIDS for barn fra 1-7. klasse  
Datoer: 12. og 26. mars, 16. og 30. april,  
7. og 28. mai  
Mer info: «SuperTorsdag» på Facebook  
og [www.oslo.kirken.no/hfs](http://www.oslo.kirken.no/hfs)

## 9-13 år: Stovnerkafé

Onsdager kl 13.00-16.30 i Stovner kirke  
• Kafé med enkel matserving

## 4.-7. klasse: Barneklubben

Onsdager kl 17.00-19.00 Stovner kirke

## 10-13 år: 10-13 klubben

Fredager kl 18.30-21.00 på Høybråten  
Bedehuset i Bergtunveien 2  
Datoer: 20. mars, 17. april, 15. mai  
og 5. juni.  
Følg oss på Facebook på 10-13

## Søndagskole i HFS

Søndager kl 11:  
29. mars – Høybråten kirke  
26. april – Høybråten kirke  
10. mai – Stovner kirke

## 2.-10. klasse: Speiderne

Stovner-speiderne:  
Mandager kl 18.00-19.30 i Fossum kirke.  
Mer info: [www.stovnerspeider.no](http://www.stovnerspeider.no)  
Høybråten-speiderne:  
Onsdager for 2.-4. klasse  
kl 18.00-19.15 i Høybråten, Bedehuset  
i Bergtunveien 2.  
Onsdager for 5.-10. klasse  
kl 18.30-20.00 i Høybråten kirke.  
Mer info: Vegard Ovland (479 06 183)  
eller Anders Antonsen (916 67 957).

## 13-16 ungdomskolen: Fredagschill

Fredager kl 18-20 i Stovner kirke  
Konkurranser, spill, snacks og samling.  
Mer info.: [www.oslo.kirken.no/hfs](http://www.oslo.kirken.no/hfs)

## 15-18+ år: PULS leder- samlinger

Egne samlinger i forbindelse med kon-  
firmantundervisningene på våren.  
Ingvild Halderaker : [ih342@kirken.no](mailto:ih342@kirken.no)

## Barnemesse

Gudstjeneste for og med barna –  
på Supertorsdag!  
Middag kl 16.30,  
Barnemessen kl 17  
i Stovner kirke  
torsdager.

Datoene:  
26. mars,  
30. apr.  
og 28. mai.



## Fasteaksjon og gudstjeneste med konfirmantene

Søndag 22. mars kl 11.00  
i Stovner kirke

Alle er velkomne til gudstjeneste  
og sponsorløp i forbindelse med  
årets fasteaksjon. Se QR-koden  
for mer informasjon:



## TÅRNAGENT- HELG for 8- og 9-åringer med gudstjeneste.

Lørdag 14. mars kl 11-15 og søndag  
15. mars kl 11 i Høybråten kirke.

Se nettsider og invitasjon i posten.



## Skapelses- vandring for 5 åringer

Søndag 31. mai i Stovner kirke

Velkommen en leken  
vandring gjennom  
skapelses-  
fortellingen  
med sang,  
lek og dyr.

Se nettsider  
og invitasjon  
i posten.



# Barnas



Gi bladet Barnas  
til et barn du er glad i!

Disse oppgavene er  
hentet fra bladet.

Bestill abonnement  
på [sondagsskolen.no](http://sondagsskolen.no)  
eller 22 08 71 00



## Finn 5 feil

Disse to bildene er nesten helt like. Klarer du å finne  
5 feil på det ene bildet?



Tegning: Trevor Keen



**Vits:**  
– Driver du med sport?  
– Ja, jeg spiller sjakk.  
– Det blir du vel ikke sliten  
av!  
– Jo, jeg blir helt matt.

## Hemmelig melding til agenter

Bruk agentalfabetet for  
å tolke meldingen.

7כק9ק כז דלז הכזז

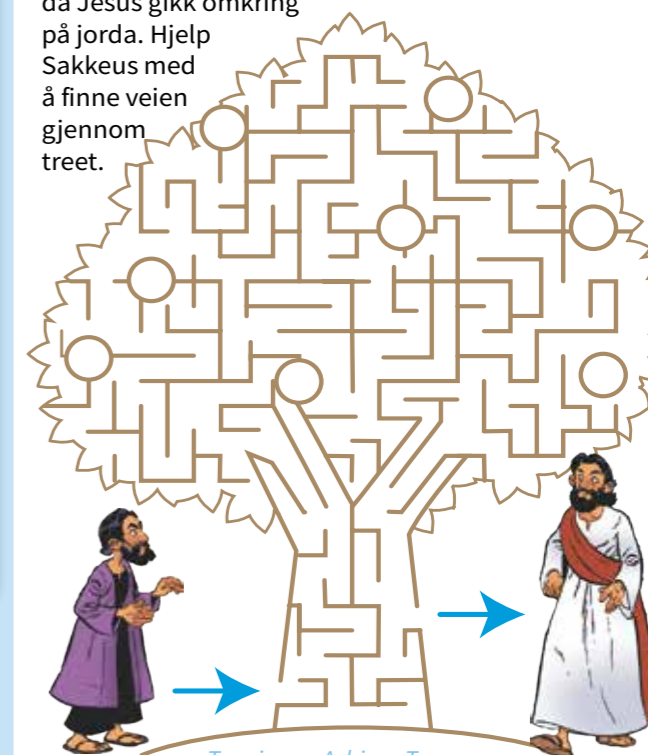
Det mystiske agentalfabetet:

η]zδα7ηhλγϋεζοιϑρστυφχψωξϑζεθ

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

## Labyrint

Sakkeus var en av de som møtte Jesus  
da Jesus gikk omkring  
på jorda. Hjelp  
Sakkeus med  
å finne veien  
gjennom  
treet.



Tegninger: Asbjørn Tønnesen

## Vits:

– Mamma sa jeg  
måtte velge mellom  
skolen og fotballen.  
– Det var da kjipt!  
– Ja, jeg savner  
klassen litt.

# Fossum kirke – nå ser vi målet!

Fossum kirke har vært et kjært samlingspunkt siden den ble vigslet 12. september 1976. I snart femti år har bygget vært et sted for dåp og konfirmasjon, bryllup og gravferd, gudstjenester, barne- og ungdomsarbeid, kor, samtaler og fellesskap. Fossum kirke har vært – og er – et hjem for mange.

**M**en et bygg som brukes mye, merker tidens gang. Over flere år ble det tydelig at kirken hadde behov for omfattende oppgraderinger – både utvendig og innvendig. Det ble oppdaget skader i fasaden, utfordringer knyttet til isolasjon og vinduer, og det ble klart at deler av bygget ikke lenger svarte til dagens behov og krav.

## Første fase – utsiden måtte tas først

Rehabiliteringsprosjektet startet med det mest nødvendige tidlig våren 2025 med ytterveggene. Teglstein måtte tas ned, isolasjon skiftes, og fasaden bygges opp igjen. Vinduer ble byttet for å sikre bedre lysforhold og energieffektivitet. Underveis dukket det også opp uforutsette utfordringer – blant annet viste det seg at klokketårnet

var i så dårlig stand at det måtte rives. Klokkene er tatt vare på, med håp om at de en dag igjen kan få sin plass ved kirken.

Stillaser rundt hele bygget og byggeaktivitet over lang tid har vært et tydelig tegn på at noe er i ferd med å skje. Det har vært krevende – men nødvendig.

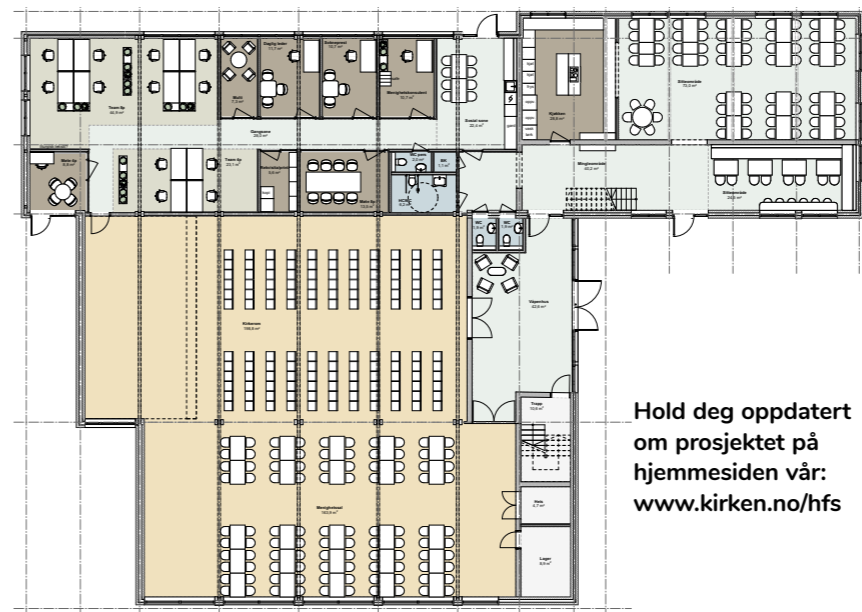
## Nedstengning og menighetsliv

Kirken ble først stengt for fasadearbeidet våren 2025, og alle gudstjenester og aktiviteter ble midlertidig flyttet til andre lokaler for å gi forutsigbarhet og trygghet for både menighet og entreprenører. Dette har naturligvis vært krevende for mange – både brukere, frivillige og ansatte – men menigheten har jobbet målrettet for å fortsette fellesskap og aktivitet i våre andre kirker.

Mot høsten 2025 nærmet fasadearbeidet seg ferdigstillelse, med murstein gjenreist og nye vinduer under montering. Arbeidet ga kirken et nytt uttrykk med lysere rom og friskere fasade, og det ble planlagt en midlertidig åpning mot slutten av oktober, slik at gudstjenester og kirkelige handlinger igjen kunne finne sted i egne lokaler før neste fase.

Innvendig rehabilitering – med oppgradering av kjøkken, flere toaletter, ny kafé- og menighetssal og funksjonelle arbeidsplasser startet opp i januar, med en ny nedstengningsperiode på rundt 6–8 måneder.

For mange har det vært uvant og kanskje også litt vemodig. Men da en i menigheten fikk høre at «nå blir Fossum kirke stengt igjen», kom det en



kommentar som varmet:

«Så flott! Det er godt at det jobbes med kirken – vi gleder oss til den er fornyet både innvendig og utvendig.»

Den holdningen rommer mye av det denne prosessen har handlet om. Ja, det er vært krevende. Ja, det har krevd tålmodighet. Men det er også vært båret av et felles ønske: at Fossum kirke skal være et levende og tjenlig kirkebygg i mange år fremover.

## Nå ser vi målet

Vi er nå i sluttfasen av rehabiliteringsprosjektet. Det som i lang tid har vært støv, stillas og byggearbeid, begynner å ta form som nye rom for fellesskap. Lysere flater, bedre løsninger og mer funksjonelle arealer gir oss en kirke som både ivaretar historien – og møter fremtiden.

Rehabiliteringen har ikke bare handlet om murstein og tekniske løsninger.



Håper å kunne invitere til en stor feståpning i løpet av høsten 2026.

Den har handlet om å ta vare på et sted som betyr noe for mennesker. Et sted for tro, håp og fellesskap.

Vi ser frem til å åpne dørene til Fossum kirke – ikke bare til et oppgradert bygg, men til nye kapitler i kirkens liv.

Takk til alle som har vist tålmodighet, fleksibilitet og støtte gjennom denne perioden. Vi gleder oss til fortsettelsen – sammen – og håper å kunne invitere til en stor feståpning i løpet av høsten 2026, i forbindelse med feiringen av Fossum kirkes 50-årsjubileum. Endelig dato er ennå ikke fastsatt, men arbeidet er i rute, og vi ser med forventning fram til å markere både en fornyet kirke og et viktig jubileum.



Familien Gundersen Liv og Kjetil, utsendinger i Thailand for Normisjon. Foto: Normisjon



Misjonsavtalen markert 16. november 2025.



# Et hjerte som banker globalt

HFS menighet har en sterk lokal forankring og et bredt arbeid på mange områder. Samtidig har menigheten et globalt engasjement som kommer tydelig til uttrykk gjennom både vennskapsmenighetene våre og misjonsavtalene i Thailand. Dette engasjementet ledes av egne komiteer som arbeider jevnt og trutt med kontakt, informasjon og innsamling av midler.

I høst inngikk vi også nye misjonsavtaler, markert gjennom to gudstjenester. Fokuset for avtalene er Thailand, i samarbeid med både Det Norske Misjonsselskap (NMS) og Normisjon. I forrige kirkeblad (nr. 3–25) presenterte vi arbeidet til NMS. Her vil vi si litt om Normisjon.

## Normisjon

Den nye misjonsavtalen ble markert i Fossum kirke på gudstjeneste 16. november i 2025. Her deltok Fredrik Tanke Arstad, markeds- og innsam-

lingsrådgiver i Normisjon. Vår tilknytning til Normisjon har dype røtter og går blant annet via Høybråten Bedehus, som har vært et viktig samlingssted i over 100 år og fortsatt engasjerer flere i menigheten.

I Thailand deltar Normisjon i Thailand Christian Network (TCN), som i dag er en selvstendig, tverrkirkelig stiftelse. Arbeidet retter seg særlig mot barn og unge i et land der svært få er kristne. Gjennom ledertrening, menighetsutvikling og barne- og ungdomsarbeid

utrustes lokale kirker til å skape trygge fellesskap og gi håp videre.

I dag er Normisjon til stede med både utsendinger og lokalt ansatte. Live Fossen Gundersen og Kjetil Sletten Gundersen, Isak og Daiana Gilde arbeider sammen med ni thailandske medarbeidere. De har kontorer i Mukdahan i nordøst, ved grensen til Laos, og i Mae Sai helt nord i landet, på grensen mot Myanmar.

Under pandemien bodde en familie fra

Bangkok en periode i Stavanger. Barna deres gikk på Kristen Friskole (KF), og foreldrene ble sterkt inspirert av skolens måte å drive undervisning på – med rom for lek, kreativitet og samarbeid. Dette ønsket de å ta med seg videre til Thailand.

For et par år siden startet familien derfor en barneskole i Bangkok i regi av Nexus Foundation, en thailandsk kirkestiftelse. Skolen har siden vokst med ett klassetrinn hvert år. I dag har den rundt 20 elever, men visjonen er å etablere en betydelig større skole i løpet av noen år, og på sikt også kunne starte tilsvarende skoler andre steder. For tiden arbeider en norsk lærer frivillig ved skolen.

Vi ser frem til å bli bedre kjent med arbeidet i Thailand gjennom gudstjenester med misjonsfokus og egne misjonskvelder i menigheten.

## Latvia

Latvia-komiteen har også et aktivt arbeid. I vår var vennskapsmenighetens tema i gudstjeneste og kirkekaffe 22. februar. Vi ser nå fram til Latvia-kveld 21. april med spen-

nende program. Gjennom årene har vi både besøkt menigheten i Latvia og hatt besøk her hos oss. Komiteen arbeider videre med planer om nye møter og besøk.



## Nablus

Denne våren inviterer Nablus-komiteen til gudstjeneste og kirkekaffe med fokus på vennskapsmenigheten i Nablus søndag 26. april i Høybråten kirke. Komiteens leder Elisabet Kjetilstad runder av sitt engasjement i Nabluskomiteen og vi ønsker å takke henne for alt hun har gjort.

### Stor takk til Elisabet Kjetilstad

Elisabet har i mange år vært primus motor i samarbeidet med vår vennskapsmenighet i Nablus på Vestbredden. Tidlig i sin preste-tjeneste i HFS ga hun nytt liv til Nablus-komiteen. Sammen med andre fra menigheten reiste hun til Vestbredden i 2016 og tok imot gjester fra Nablus her i 2017.

Besøkene har skapt varige og gjensidige vennskap og vært en inspira-

sjon for arbeidet, som i tillegg er dypt forankret i troen på bønn og ønsket om å støtte menigheten økonomisk. Elisabet har også bidratt gjennom gudstjenester, filmkvelder og samlinger, samt i samarbeidet med Oslo bispedømmeråd og andre menigheter med vennskapsmenigheter i området.

Når Elisabet nå avslutter engasjementet i Nablus-komiteen, ønsker vi i menigheten å takke henne for tiden hun har gitt og kjærligheten hun har til vennene i Nablus.

Vennskapet fortsetter. I dagens situasjon er det viktigere enn noen gang å støtte de utsatte menighetene i Palestina. Nablus-komiteen er takknemlig for at diakon Ingvild Sandnes nå går inn i arbeidet.

En stor takk på vegne av menigheten og Nablus-komiteen, Annveig Træthaug.

# Bærekraftig

GJENBRUK  
ULVEN



Velkommen til vår gjenbruksbutikk på Ulven Torg, Ulvenveien 81 (7 min gange fra Økern T-bane).

Åpningstider: **Vi tar fortsatt imot klær, ting og tang!**  
**Onsdag 12-17**  
**Torsdag 12-17**  
**Fredag 12-17**  
**Lørdag 11-15**  
Tlf: 40 44 34 86  
ulven@berekraftig.no

Sjekk vår Facebook-side for avvikende åpningstid ved høytid, fridager og ferie!  
Fb: /berekraftigulven  
Insta: /berekraftig\_ulven

Spar opp til 50% ved kjøp av gravstein på nett



gravstein24.no

Gravstein24 tilbyr også vedlikehold og oppussing. Stort utvalg av nye gravsteiner. Ring oss på tlf. 4000 2448



## Høybråten Blomster

22 10 61 42

Høybråtenv. 40, 1086 OSLO  
www.hoybraaten-begravelsesbyraa.no



## RAVNBO

DESIGN

Hva kan god design gjøre for din organisasjon eller virksomhet?

Kontakt Morten Ravnbo på 91 73 73 56

www.ravnbo.com



# HOLMSENS

REGISTRERT EL.ENTREPRENØR

## Elektro as

TLF. 91 74 14 89

FREDHEIMVEIEN 3 • 1087 OSLO • E-post: installasjon@holmsens.no



## Gunnar Ruud

Catering - Selskapsmat

Tlf. 23 30 25 00  
www.gunnarruud.no

Matglede til hverdag og fest!

## Høybråten Begravelsesbyrå

22 21 80 00

HELE DØGNET

Høybråtenv. 40, 1086 OSLO  
www.hoybraaten-begravelsesbyraa.no

En ferie  
å glede  
seg til

Gi trygge ferieopplevelser til familier som har det vanskelig

VIPPS en gave til 13130 (merket FERIE) eller gi på konto 3201 52 74165



# "80%

av dem som får menighetsblader i postkassa leser store deler av innholdet.\*

Nå ut til alle bydelens husstander 4 ganger per år!

Ta kontakt for mer informasjon:

- post.hfs.oslo@kirken.no
- telefon 23629560 (se kontortider s. 22)

\* (i følge undersøkelse som ble gjort i samarbeid med TNS Gallup og Kirkerådet og presentert i avisen Vårt Land for noen år tilbake).

**Fotograf:**

**FOTOGRAF KLAVESTAD A/S**

Spesialitet: Portrettfotografi  
Fjellhamarvn. 56, 1472 Fjellhamar.  
Tlf: 679 01 438

**Tannlege:**

**KARL KRISTIAN ANDERSEN**

Folkvangvn. 31, Tlf: 222 11 010

**Tannlege:**

**DAG Ø KOKSVIK**

Folkvangvn. 31, Tlf: 222 11 010

## Din gave betyr en forskjell!

Vi vil at vårt arbeide blant barn, unge, voksne og eldre skal bli best mulig: Derfor legger vi ned mye krefter og mye dugnad i dette. Men det trengs også økonomiske midler for å holde aktivitetene i gang og videreutvikle dem.

Vi takker for at du vil være med og støtte arbeidet i menigheten vår!

Gi din gave til konto 7874.06.68063



# KONTAKT

HØYBRÅTEN, FOSSUM OG STOVNER MENIGHET

## ANSATTE:



**Anett Jørgensen**  
daglig leder  
Tlf: 23 62 95 60  
Epost: aj283@kirken.no



**Einar Strøm**  
kapellan  
Epost: es385@kirken.no



**Elise Gillebo Skredsvig**  
sokneprest  
Tlf: 23 62 95 60  
Epost: eg854@kirken.no



**Geir Gjessing**  
kapellan  
Epost: gg359@kirken.no



**Gunn Kari Frost**  
menighetskonsulent  
Tlf: 414 88 980  
Epost: gf686@kirken.no



**Inger Lise Høyland Lillevik**  
menighetspedagog  
Epost: il333@kirken.no



**Ingvild Halderaker**  
barne- og ungdomsarbeider  
Epost: ih342@kirken.no



**Ingvild Sandnes**  
diakon  
Tlf: 470 94 992  
Epost: is548@kirken.no



**Joakim Moen Tønseth**  
organist  
Tlf: 452 65 278  
Epost: jt833@kirken.no



**Magnus Solhjell**  
prosjektleder  
Epost: ms434@kirken.no



**Ole Kristian Sand**  
kapellan  
Tlf: 23 62 95 84  
Epost: os256@kirken.no



**Regatu Olana Negeri**  
menighetspedagog  
Epost: rn675@kirken.no



**Signe-Lisa Fevang**  
diakon  
Tlf: 408 14 032  
Epost: sf633@kirken.no



**Svein Aaslund**  
vaktmester  
Tlf: 934 84 221  
Epost: sveaas@gmail.com



**Trond Hestad**  
kirketjener  
Tlf: 23 62 95 60  
Epost: th468@kirken.no



**Yngve Sporild Breievne**  
organist  
Tlf: 404 19 029  
Epost: yb726@kirken.no

# LIVSHJULET

Livshjulet i tidsrommet 1 september 2025 – 4 februar 2026

## Døpte



Oliver Hjelle Nilsen  
Linnea Torp  
Julia Sandvold Rayfield  
Vetle Sven Harald Lundberg  
Ellinor Grindal Hansen  
Mika Høviskeland  
Kasper Bremer-Høgberg  
Ylva Eriksson Kew  
Eira Fagerlund  
Sønstebyseter  
Sofie Aurora Sandvold  
Agnes Ingelsrud Frøystad

Edith Marie Habberstad  
Oddvin Trygve Moland  
Jan Sundvold  
Leif Torstensen  
Marius Jørgensen  
Arild Jonas Lund  
Terje Erik Gulbrandsen  
Bjørn Thorslund  
Bodil Eikeset  
Anne-Karin Utnes  
Arne Andreassen  
Frank Willy Gulbrandsen  
Sissel Mathisen  
Brita Bakken  
Bengta Berling  
Svein Erik Berntzen  
Rut Berit Pettersen  
Anne-Beth Hovland  
Grethe Irene Blomkvist  
Jensen  
Egil Ove Lund  
Ingolf Kristian Thorstensen  
Jens Erik Riis  
Inger Marie Hande  
Anne Tafjord  
Laila Astrid Sørli  
Berit Korperud  
Gunn Maj Næss  
Tormod Bakke  
Per Gunnar Granlund  
Selma Løften Moseby  
Bengt Anders Henrik Gavelli

Tove Aslaug Rognaldsen  
Dagfinn Asbjørn Andresen  
Dawn Hille  
Marianne Dalsegg  
Johannessen  
Åse Synnøve Jensen  
Elin Dalsbø  
Ranveig Andrea Bøvre  
Bjørg Kristine Antonette  
Andressen  
Magny Oddrun Haugen  
Herbrand Gultvedt  
Brennhovd  
Karen Malene Selmer  
Bjørn Rikard Straight  
Beret Mørk  
Sølvi Renee Larsen  
Jane Heidi Olsen  
Randi Romnes  
Sonja Furulund  
Gerd Oddbjørg Granerud  
Alf Magne Fredriksen  
Kjell Larsen  
Per Arne Johnsen  
Eva Oddfrid Nielsen  
Kate Olaug Lorentzen

## Døde



Svein Konrad Kristiansen  
Toril Nordquist  
Jorun Andersen  
Yoshiyuki Murakami  
Ørnulf Herman Holmsen  
Brit Sandlien  
Arne Nyberg  
Christine Berge Evjen  
Svein Inge Haaland  
Ljiljana Bencic  
Jan Erik Melgårdsbakken  
Eva Birgitt Stenholen  
Hilde Linnes  
Liv Gabrielsen  
Steinar Gunnar Hanssen  
May Britt Pettersen Skaaren

## VÆR MED OG BE FOR MENIGHETEN VÅR!

«Be, så skal dere få. Let, så skal dere finne. Bank på, så skal det lukkes opp for dere.» (Matt 7,7)

Vi vet at mange i menigheten vår er opptatte av å be, både for staben, gudstjenestene og alle aktivitetene våre, og det setter vi enormt pris på. I denne nye faste spalten i Kirkebladet ønsker vi derfor å dele konkrete bønneemner fram til neste utgave av bladet.

- **Staben:** Takk for ny ansatte! Be for staben og deres arbeid.
- **Rehabiliteringen av Fossum kirke:** Be for at gjennomføring av prosjektet skal gå bra.
- **Konfirmantene:** Be for våre konfirmanter, at de må få et møte med kirken som skaper tro, håp for fremtiden og styrker fellesskapet dem imellom.
- **Påskens gudstjenester og samlinger:** Be for våre påskedagstjenester og samlinger, at de skal gi fornyet livsmot, vårglede og innsikt i troens mysterium. Be også særlig for de som kjenner på ensomhet, savn og utenforskap i høytidene.
- **Fellesskapet:** Be for de i vårt fellesskap som strever med helsen sin.
- **Søknader:** Be for søknadsprosessene rundt økonomisk støtte til prosjekter menigheten driver.

Takk for at du står med oss i bønn! ❤️



## Vil du snakke med noen som har tid til å lytte?

Vi som jobber som prester og diakoner er her for deg! Ta kontakt for å avtale en samtale eller gjør en avtale når du ser oss!

## BIDRA?

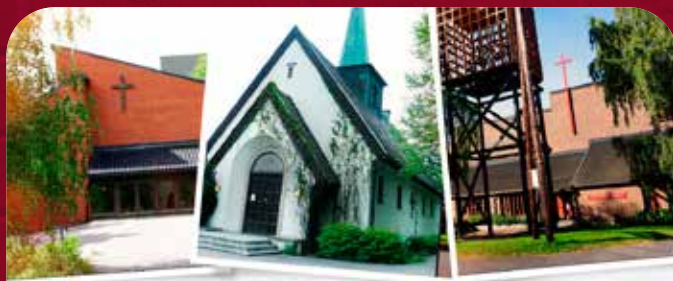
Send inn aktuelt stoff og bilder til Kirkebladet! Epost: il333@kirken.no



## VÆR MED Å NÅ UT!

Kirkebladet blir distribuert til alle husstander i Stovner bydel, ca. 13.000, og mulige lesere er over 30.000. Vi vil gjerne ha din hjelp til å nå ut! Har du lyst til å dele ut Kirkebladet i samarbeid med andre frivillige? Kontakt menighetskontoret på tlf 236 29 560.

# DET SKJER:



## Årsmøte

HØYBRÅTEN, FOSSUM OG STOVNER MENIGHET

### VELKOMMEN TIL ÅRSMØTE!

Årsmøte er i etterkant av gudstjenesten  
SØNDAG 10. MAI

- **Gudstjeneste** kl. 11 v/Elise G. Skredsvig. Søndagskole for barna. Camino kantori deltar.
- **Årsmøte** med gjennomgang av årsmelding og årsregnskap.
- **Menighetsmøte** med informasjon fra menighetsrådet.

Det blir enkel bevertning med kaffe og kake.  
**VELKOMMEN!**

Les årsmeldingen på hjemmesiden  
Høybråten, Fossum og Stovner menighetsråd

SØNDAG  
**10.  
MAI**

STOVNER  
KIRKE



HJEMMESIDEN

For mer informasjon: [www.kirken.no/hfs](http://www.kirken.no/hfs)

DEN NORSKE KIRKE  
Høybråten, Fossum og Stovner menighet

# PÅSKEN

HØYBRÅTEN, FOSSUM OG STOVNER MENIGHET

VELKOMMEN TIL PÅSKEFEIRING I HFS

**29. mars kl. 11.00 -**  
**Palmesøndag** gudstjeneste HØYBRÅTEN KIRKE  
v/ Einar Strøm, Signe-Lisa Fevang og Joakim Tønseth.  
Søndagskole for barna. Kirkekaffe og kirkeskys.

**02. april kl. 19.00 -**  
**Skjærtorsdagsgudstjeneste** STOVNER KIRKE  
v/ Geir Gjessing og organist Yngve S. Breievne.  
Kirkekaffe og kirkeskys.

**03. april kl. 11.00 -**  
**Langfredagsgudstjeneste** STOVNER KIRKE  
v/ Ole Kristian Sand og Yngve S. Breievne.  
Korsvandring og kirkekaffe etter gudstjenesten.

**05. april kl. 11.00 -**  
**1. Påskedagsgudstjeneste** HØYBRÅTEN KIRKE  
Påskefrokost (9.30-10.30) v/ Elise G. Skredsvig og  
organist Yngve S. Breievne. Kirkeskys.

**06. april Kl. 19.00 -**  
**Kveldsmesse** HØYBRÅTEN KIRKE  
v/ Elise G. Skredsvig organist Joakim M. Tønseth.

SKANN QR-KODEN  
FOR ET MER  
UTFYLLENDE  
PÅSKENPROGRAM.



SKANN QR-KODEN  
FOR Å SE FILMER,  
AKTIVITETER  
PODCAST TIL BARN  
OG UNGE



BARN OG UNGE

**God påske!** 🐣  
Velkommen til gudstjeneste for hele familien!  
På palmesøndag 29. mars kl. 11 blir det  
**søndagsskole** i Høybråten kirke. I kirkene finner  
du også påskehefter og aktiviteter på barnekroken.

Kan du ikke komme? Ingen problem!  
Se **påskevideoer**, prøv morsomme **aktiviteter**  
eller lytt til vår **påskepodcast** for barn og ungdom.  
Skann QR-koden!

DEN NORSKE KIRKE  
Høybråten, Fossum og Stovner menighet

Mer informasjon finner du på [kirken.no/hfs](http://kirken.no/hfs) og Facebook: Høybråten, Fossum og Stovner menighet

## Tenk deg en hverdag uten tilgang til rent vann.

Dette er realiteten for 800 millioner  
mennesker. Støtt vårt arbeid for rent  
vann til de som virkelig trenger det.

VIPPS til 2426



KIRKENS NØDHJELP  
actalliance

