

# NABOPOSTEN

## Oppsal Menighetsblad

Nr. 1 - februar 2013 - 59. årgang



Tema: Omsorg for vår neste



- mennesker møtt av Jesus Kristus

**Utleie av Oppsal kirke og OPUS**  
Kontakt menighetskontoret

**Utleie av Søndre Skøyen Kapell**  
Forretningsfører:  
Sigurd Edv. Gullerud  
Telefon: 22 27 43 02  
E-post: sedv.gullerud@vikenfiber.no

**Oppsal kirke**  
Solbergliveien 85, 0683 Oslo  
Henvendelser rettes til menighetskontoret  
Bankkonto: 7877.06.73983

**Menighetskontoret**  
Holder til i Oppsal kirke  
Telefon: 23 62 99 60  
E-post: post.oppsal@oslo.kirken.no  
Åpent: mandag til fredag kl. 10:00 - 14:00.

**Oppsal menighetsråd**  
Leder: Finn Tennøe  
Telefon: 22 27 76 03  
E-post: finn.tennoe@vikenfiber.no

**Søndre Skøyen kapell**  
Dalbakkveien 39, 0682 Oslo  
Telefon: 22 27 88 44  
Henvendelser rettes til menighetskontoret  
Bankkonto: 1609.50.08694

**Sameiet Søndre Skøyen kapell**  
Leder: Kjell Maalø  
Telefon: 22 27 88 59  
E-post: gerd.maalo@gmail.com

**Søndre Skøyen menighetskomité**  
Leder: Jon Smemo  
Telefon: 22 27 02 15  
E-post: jsmemo@online.no

## Ansatte i Oppsal menighet



*Menighetsforvalter:* Grete Mugaas  
T: 23 62 99 62 / M: 411 05 824  
E-post: grete.mugaas@oslo.kirken.no



*Sokneprest:* Kåre Skråmestø  
T: 23 62 99 63 / M: 924 26 917  
E-post: kare.skramesto@oslo.kirken.no



*Prostiprest:* Hans Jacob Finstad  
T: 23 62 99 72 / M: 452 40 091  
E-post: hans.jacob.finstad@oslo.kirken.no



*Kapellan:* Nina Kristine Niestroj  
T: 23 62 99 64  
E-post: nina.kristine.niestroj@oslo.kirken.no



*Prestevikar:* Fredrik Berge  
T: 23 62 99 65 / M: 995 20 294  
E-post: fredrik.berge@oslo.kirken.no



*Kateketvikar:* Anne Brandt Føyen  
T: 23 62 99 70 / M: 936 89 636  
E-post: anne.brandt.foyen@oslo.kirken.no



*Diakon:* Bjørn Engebakken  
T: 23 62 99 67 / M: 988 43 681  
bjorn.engebakken@oslo.kirken.no



*Diakonimedarbeider:* Bengt Helgeland  
T: 23 62 99 68 / M: 943 02 069  
bengt.helgeland@oslo.kirken.no



*Kantor:* Sølvi Ådna Holmstrøm  
T: 23 62 99 69 / M: 924 36 770  
E-post: solvi.holmstrom@oslo.kirken.no



*Organist i Søndre Skøyen kapell:*  
Lars Fredrik Nystad / M: 958 57 019  
E-post: lars.fredrik.nystad@gmail.com



*Kirketjenervikar:* Elisabeth Grimstad  
T: 23 62 99 60 (menighetskontoret)  
E-post: post.oppsal@oslo.kirken.no



*Renholder:* Ellen Sivertsen  
T: 23 62 99 60 (menighetskontoret)  
E-post: post.oppsal@oslo.kirken.no

**NABOPOSTEN**  
Oppsal Menighetsblad

Naboposten utgis av Oppsal menighet. Opplaget er 8.000 eksemplarer, har seks nummer i året, og

sendes ut til samtlige av menighetens husstander. Bladet trykkes hos Merkur-Trykk.

**Annonser:**  
Kontakt redaktør eller menighetskontoret

**Annonsepris:**  
Kr 300,- pluss kr 8,- pr. spaltemillimeter  
**Farger:**  
40 % tillegg  
**Fast avtale:**  
10 % rabatt  
**Redaktør:**  
Bjørn Engebakken

**Neste nummer:**  
Utgis uke 15  
**Innleveringsfrist:**  
Mandag 25. mars  
**Forsidebilde:**  
Bøssebærer fra Oppsal menighet  
**Fotograf forside:**  
Bjørn Engebakken

## Stafett-pinnen

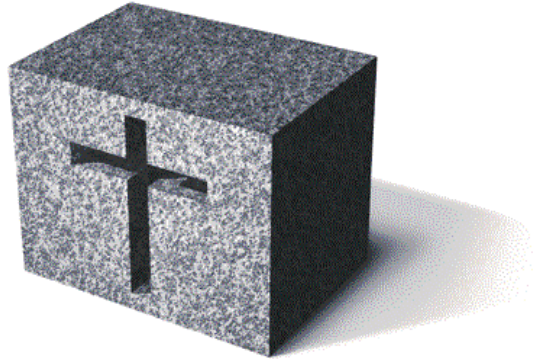
Det er tidlig søndag morgen. Klokka er fire minutter på sju. Jeg er tidlig våken denne dagen, og skrur på radioen (NRK P1). Natradioen toner ut, og det er straks nyheter. Men så kommer det fra radioen:

*Gud signe vårt  
dyre fedreland  
og lat det  
som hagen bløma.*

*Lat lysa fred  
frå fjell til strand  
og vetter for  
vårsol røma.*

*Lat folket som  
brøder saman bu,  
som kristne  
det kan seg søma.*

Det var dette hun nevnte for meg ved flere anledninger, min kjære mor, før hun gikk bort. Denne «hellige» stunden hver søndag morgen, først med denne salmen på radioen, og deretter en god bønnestund hvor hun ba for oss alle. Med navns frelse.



*Hva slags «byggesteiner» bruker vi i våre dager?*

Med henne er nå en hel generasjon borte. Nå er det jeg som står her med «stafett-pinnen» i hånden. Plutselig er jeg eldste generasjon i familien, lille meg. En merkelig opplevelse som jeg trenger tid til å fordøye.

Men jeg skal ta min etappe på alvor, jeg også. Slik mine forgjengere har gjort. Jeg skal bringe videre til den oppvoksende slekt fortellingen om ham som ble født i en stall i Betlehem for ca. 2000 år siden. Og hva hans liv og virke betyr for oss den dag i dag.

Jeg tenker også på hva slags «byggesteiner» vi bruker i våre dager, både i hjem og skole. Og i samfunnet for øvrig. Hør på nest siste verset i den samme salmen:

*Vil Gud ikkje  
vera bygningsmann,  
me fåfengt  
på huset byggja.*

*Vil Gud ikkje  
verja by og land,  
kan vaktmann  
oss ikkje tryggja.*

*Så vakta oss, Gud,  
så me kan bu  
i heimen med  
fred og hyggja.*

Det føles godt denne tidlige søndags morgen å gå i mammas fotspor. Jeg er med i en større sammenheng. Med stafett-pinnen i hånden er jeg klar til å starte min etappe. Og jeg føler meg trygg, for jeg vet at Gud går foran.

Lykke til med din etappe, kjære medvandrer.

**Elisabeth Grimstad  
kirketjenervikar**



### «LOVSANG!» KAN DET VÆRE OMSORG FOR VÅR NESTE?

Av **Bengt Helgeland**,  
diakonimedarbeider

Siden mars i 2012 har det vært arrangert lovsangskvelder i Oppsal kirke. En gang i måneden har folk kommet sammen for å lovprise Gud med sang. Utgangspunktet for disse kveldene var at noen savnet å kunne komme til kirken utenom gudstjenestene og bare være tilstede og på frimodig vis prise Gud på sin måte.

I løpet av den tiden som har gått siden oppstarten har lovsangsteamet, musikerne, vokst fra tre personer til å bli et band med ti utøvere. Hver og en med sine talenter som sammen klarer å skape en stemning som gir de som kommer følelsen av og høre til i et fellesskap.

Et fellesskap som gir den enkelte omsorg. Betydningen av sang og musikk som en del av omsorgsarbeid kan man virkelig se betydningen av blant de eldre på sykehjem. Jeg har opplevd at eldre som sitter hele dagen uten å si et ord plutselig synger ut av full hals. De er med og viser at ikke alt er borte. På samme måte har vi opplevd at mennesker som

ikke går i kirka til vanlig, kommer på lovsangskvelder og er med og synger. Samtidig blir de inkludert i fellesskapet gjennom pausene vi har disse kveldene. De blir kjent med nye mennesker og opplever samtidig at det ikke er så skummelt å komme inn i kirken som de kanskje hadde trodd. Vi ser at dette virker på en positiv måte for den enkelte og av den grunn kan man med rette si at lovsang er omsorg for vår neste.

Målet for omsorg er å få mennesker til å trives og gjøre hverdagen litt lysere. Dette tror jeg absolutt vi kan si at lovsangskvelder gjør. Tilslutt vil jeg oppfordre alle til å ta med seg noen på lovsangskvelder den andre søndagen i måneden kl. 18:00. Da vil også du være en som gir omsorg til din neste!



#### **Kirkeringen**

Kl. 12:00 i Oppsal kirke  
følgende datoer:  
5. mars, 2. april, 7. mai  
og 4. juni.

#### **Fredagslunsj**

Kl. 12:00 til 13:00 i  
Oppsal kirke hver  
fredag. Ta med egen niste.  
Servering av kaffe og te.

## Hva skjer...

#### **Åpen kirke**

Når plakaten med skriften "Åpen kirke" er satt fram utenfor Oppsal kirke er kirken tilgjengelig for bønn og lystenning. Tilbudet arrangeres regelmessig på mandag formiddag og hver tirsdag kl. 10 til 11.

#### **Formiddagstreff i Oppsal kirke**

Kl. 12:00 til 14:00

#### 12. februar

Odd Georg Murud:  
"Fra Petter Dass til  
Lillebjørn Nilsen"

#### 12. mars

Besøk fra Kirkens  
Nødhjelp:  
"Sammen *for*andre"

#### 23. april

Aagot Borgen:  
"Videre i livet"

#### Kommende treff

14. mai og 11. juni (tur).

#### **Formiddagstreff i Søndre Skøyen kapell**

Kl. 12:00 til 14:00  
*Skyss til kapellet:* Ring  
22 27 88 44 samme dag  
mellom kl. 10:30 - 11:00.

#### 20. februar

Audun Brekke Skrindo:  
"Nasjonalt våtmarkssenter  
på Østensjøvannet - hva  
betyr det?"

#### 20. mars

Berit Hovland:  
"Cathinka Guldborg og  
hennes livskall"

#### Kommende treff

17. april.



Tannlege Cecilie Aass MNTF Tannlege Turid Rongved MNTF

Mandag-fredag 08-1530

Grundig undersøkelse hos  
tannlegen inkl.  
2 røntgen puss og rens for  
kun kr. 850,-

Bleking av tenner kr. 2.500,-  
Blek tennene på en effektiv  
og trygg måte med veiledning  
av tannlegen.



Skøyenåsen senter • Haakon Tveters vei 8 • Skøyenåsentannklinikk.no • Tlf nr 222 68 118



Gravsteiner - Inskripsjoner  
- Omarbeiding  
Utstilling vis á vis Østre  
Aker kirkegård

Ulvenvn. 102. 0581 Oslo  
Tlf. 22 65 60 50 Fax. 22 65 60 31  
www.gravstein.com

## TVEITA ADVOKATKONTOR

Advokat Kari Paulsrud m.n.a.

Testamente/ary, Samboeravtaler, Separasjon/skilsmiss, Barn/barnevern, Trygd/erstatning, Arbeidsrett, Husleie, Fri rettshjelp

Kontor i 3. etg. ved OBOS eiendomsforvaltning og senterledelsen

Timebestilling tlf.: 21 37 71 77 / 908 89 733  
e-mail: kpaulsrud@kindemco.no

**Auster**  
Dame- og Herre-  
frisør  
Parfumeri A/S

Oppsal kjøpesenter  
Telefoner  
22 26 43 94 • 22 26 77 78

## OPPSAL LEGEKONTOR

Spesialist i allmenntillegisin Yngve Rønsen - Timebestilling/Øyeblikkelig hjelp

BARN - VOKSNE - GRAVIDITETSKONTROLL

HJEMMEBESØK ETTER AVTALE

Tlf. 22 27 49 29 - Telefonsid: 08:00 - 15:00  
Haakon Tveters vei 88 (Oppsal kjøpesenter)

## A/L Oppsal Samfunnshus

### Selskaps- og møtelokaler

– I bydelens hjerte



Våre lokaler eger seg til:

- Barnedåp • Konfirmasjon • Fødselsdager • Bryllup • Begravelser • Møter, konferanser eller andre arrangementer som du måtte ha behov for

Utleialternativene dekker fra 10 til 150 personer.

Ta en titt inn i Samfunnshuset i Vetlandsveien 99/101 på Oppsal.

Vetlandsvn. 99/101, 0685 Oslo. Tlf. 23 12 65 40 Fax 23 12 65 41

oppsal.samfunnshus@oslo.online.no

# Ansvar for verden

Av Johan Hindahl  
medlem av menighetens  
fasteaksjonskomite

Det er en viktig del av det kristne menneskesynet at vi som mennesker er skapt i Guds bilde til å være medmennesker. Svært mange av oss husker historien fra Bibelen om den barmhjertige samaritan. Han som fant en skadet mann på veien og hjalp han, i stedet for å gå forbi. Mange vil være villige til å hjelpe folk de ser i nærheten. Men har vi også et videre ansvar som kristne? Et ansvar for verden?

I det 10. kapitlet i Lukasevangeliet får Jesus spørsmålet: "Hvem er min neste?" Han svarer på dette spørsmålet med å fortelle historien om den barmhjertige samaritan. Historien handler om en mann som var på reise fra Jeriko til Jerusalem. Han blir overfalt av rovere som mishandler han, stjeler klærne hans og lar han ligge halvdød igjen i veigrøften. Jesus forteller at to menn går forbi uten å hjelpe den skadede mannen, så kommer samaritanen, som er en fremmed, han tar med mannen til et vertshus og steller han og sørger for at

han får hjelp videre. Han avslutter med å si "gå du og gjør som han". Oppfordringen fra Jesus er tydelig.

Det greske ordet diakoni betyr "tjeneste". I Plan for diakoni for Den norske kirke fra 2008 forklares begrepet slik: *"Diakoni er kirkens omsorgstjeneste. Den er evangeliet i handling og uttrykkes gjennom nestekjærlighet, inkluderende fellesskap, vern om skaperverket og kamp for rettferdighet."*

Vi snakker altså om å handle, å gjøre noe, ikke bare tro og mene noe. Og det handler om

## Husk å gi penger på aksjonsdagen!

### Oppsal menighet mangler bøssebærere, så benytt sjansen til å stille opp for en god sak!

Kontakt diakonen  
(kontaktinfo side 2)







*Diakoni er kirkens omsorgstjeneste*

vi se det enda klarere. Mens en milliard mennesker lever i ekstrem fattigdom i verden i dag, er Norge blant verdens mest velstående land.



*- Kirkens Nødhjelp ivaretar internasjonalt diakonalt arbeid på vegne av kirken.*

å se hvem som trenger oss. I Norge i 2013 har heldigvis de fleste av oss det godt, en god del har det svært godt materielt. Vi lever lengre enn tidligere generasjoner, vi får nok mat og mer til, vi har et ganske godt utdannings-system og helsesystem og vi har et velferdssystem.

Det kan fortsatt påpekes mange feil i vårt samfunn, slik media minner oss om hver dag, men i et historisk perspektiv har vi det langt bedre enn folk som levde i Norge i tidligere tider. Og i et internasjonalt perspektiv kan

Både vår egen kirke og andre kirker i Norge har i lang tid drevet omsorgsarbeid for folk som har det vanskelig på ulike måter i vårt samfunn. Det er også en lang tradisjon for å tenke utover våre landegrenser gjennom å støtte misjons- og bistandsprosjekter.

Kirkens Nødhjelp er en av de organisasjonene som ivaretar diakonalt arbeid på vegne av Den norske kirke. Da snakker vi om internasjonal diakoni. Arbeidet med å kjempe mot fattigdommen, for bevaring av skaperverket og for en mer rettferdig fordeling av verdens ressurser drives av

kristne over store deler av verden. Vi vet mer enn før om hvordan folk i andre deler av verden har det. Egentlig har vi da også svaret på hvem som er vår neste. Gud setter ikke noe skille, som kristne har vi ansvar for hele verden.

**Den enkleste måten å vise vår omsorg for de fattige og sårbare mennesker i verden, er å støtte opp under årets**

**fasteaksjon. I fjor samlet menigheten inn over 127 000 kr! Gi noen sedler, og bli gjerne med som bøssebærer.**

For deg som er 11-12 år!

## KODE B

I Oppsal kirke torsdager i feb/mars. kl 15-17.

Har du lyst til å gjøre noe gøy, og samtidig lære mer om Bibelen? Kom å bli med— på Kode B!!



Her får du på en morsom måte, gjennom flere sanser, bli bedre kjent med interessante personer og fortellinger fra Bibelen.

Sjekk ut [www.oppsalmenighet.no](http://www.oppsalmenighet.no)



# Dette husker jeg

Av menighetsforvalter Grete Mugaas

**Kirken vår tenker stort. Vi skal kartlegge alt som har vært gjort. Derfor ønsker vi ditt innspill: Hva har vi gjort, hva skal til? Hva kan Oppsal kirke gi deg? Kom til kirken og skriv i vei!**

Vi vil gjerne vite litt av hva du har vært med på. Vite om alle dere som var aktive, var dere mange eller få? Skriv noen korte ord og tanker. Om du var/er i kirken eller aldri der vanker.

Oppsal menighet er med i prosjektet «Menighetsutvikling i folkekirken». Første trinn i en prosess over tre år er blant annet å tegne menighetens tidslinje. Til det trenger vi din hjelp! Har du bodd på Oppsal lenge eller i få år, har du sikkert noen møtepunkter med kirken.

I menighetssalen er det hengt opp en tidslinje fra 1960, da kirkebygget var nytt, til 2013 og denne linjen ønsker vi å få fylt med korte tekster. Stikk innom og skriv hva du husker. Hva du opplevde, hva som skjedde. Det skal/kan være anonymt og vi trenger både små og store tanker!

Hva er din historie fra Oppsal? Vi har ingen regler eller mal. Dine tanker er viktig! Ingenting er galt, alt er riktig!



*Benytt sjansen til å skrive ned dine minner om menigheten.*

## OFRINGER I OPPSAL KIRKE

25.11. Eget arbeid	25.12. Eget arbeid
5 143,-	1 242,-
02.12. Norges KFUK-KFUM	26.12. Eget arbeid
2 814,-	6 295,-
09.12. Eget arbeid	30.12. Eget arbeid
4 475,-	2 683,-
16.12. Eget arbeid	31.12. Eget arbeid
5 398,-	352,-
24.12. Kirkens Nødhjelp / Eget arbeid	06.01. Maritastiftelsen
30 229,-	5 342,-
	13.01. Eget arbeid
	3 896,-
	20.01. Eget arbeid
	4 291,-
	27.01. Det norske bibelselskap
	5 305,-

## OFRINGER I SØNDRE SKØYEN KAPELL

25.11. Eget arbeid	25.12. Eget arbeid
1 890,-	2 394,-
02.12. Eget arbeid	06.01. Eget arbeid
1 865,-	3 198,-
09.12. Eget arbeid	13.01. Eget arbeid
2 769,-	3 920,-
16.12. Menighetens diakonale arbeid	20.01. NMS
2 932,-	2 575,-
24.12. Eget arbeid	27.01. Det norske bibelselskap
17 378,-	3 580,-

## VIGDE

Flordeliza Lomod & Eystein Eggen Randa, Iryna Navrotska & Bjørn Kristiansen.



# MISJIONS hjørnet

## Misjonsmøter!

I Søndre Skøyen kapell arrangerer Skøyenåsen misjonsforening møte mandag 11. februar kl. 19:00. Magne Mjærum, misjonskonsulent i NMS, region øst, taler, og det blir enkel bevertning.

Den 11. mars kl. 19:00 blir det møte hjemme hos Krohn i Haakon Tveters vei 13, hvor Ole Nordhaug taler.

Den 8. april kl. 19:00 hos Gravir i Dalbakkveien 90, hvor prostiprest Hans Jacob Finstad taler.

## Bønn for Oslo

Hver eneste torsdag fra kl. 09:00 til 10:00 arrangeres Bønn for Oslo i Oppsal kirke. Denne timen brukes til å be for byen, bydelen og menigheten. Møt opp og bli en del av bønnefellesskapet.

## Kvinnenes internasjonale bønnedag 1. mars

Gudstjeneste i Nordstrand kirke kl. 12:00.  
Lunsj i menighetssenteret umiddelbart etter gudstjenesten.

Felleskirkelig, internasjonal kveld i Mortensrud kirke kl. 19:00.  
Ta med en liten ost og litt kjeks til samling i kafeen etterpå.

## DØDE

Sverre Solheim,  
Curt Roald,  
Annie Elise Halseth,  
Jens Olsen,  
Marit Graalum  
Gundersen,  
Gerd Orskaug,  
Elsa Margrethe  
Iversen,  
Henry Reidar  
Haavaldsen,  
Thorbjørn Evje,  
Gerd Jacobsen,  
Inger Anne Farestveit,  
Fritz Berger Tørnros,  
Eystein Kvam,  
Helge Hoxtvedt,  
Hans Fredrik Ottesen,

Åse Kinge,  
Johan Meier  
Normann Nilsen,  
Gunnar Hrasky,  
Helene Tomter,  
Margot Ellefsen,  
Frank Halvorsen,  
Marie Benedikte  
Magnussen,  
Inger Raydnes,  
Aud Helene Wethal.

Nathalie  
Rasmussen Bech,  
Samuel  
Optjærnsberget,  
Thea Nygaard,  
Aksel Kolbjørnsen,  
Julie Skeie Furuseth,  
Kristin Grimkelsrud,  
Viktor Aleksander  
Lindstad Matri,  
Victoria Fæhn  
Oftebro,  
Ella Hvass Evjen,  
Emilie Victoria  
Gunnerød Swann,  
Magnus Melby,  
Lilly Fabian,  
Johannes Tønnessen  
Kjenn,  
Rebekka Tomine  
Tønnessen Kjenn.

## DØPTE

Martin Timenes,  
Jens Bytingsvik  
Bævre,  
Nelly Blomfeldt,

NABOPOSTEN  
Oppsal Menighetsblad

Ved Johan Hindahl

**Naboposten 40 år  
siden: Nr. 12 - 1973**

## Les Bibelen også!

De fleste drukner i lesestoff. Aviser, bøker, ukeblader, tidsskrifter... Men Bibelen er fortsatt verdens mest solgte bok. Og den er slett ikke så uforståelig som mange vil ha det til. En helt ny oversettelse er på trappene. På alminnelig norsk. Mange synes det er lettere å få tak i det Bibelen har å si når de sitter i en krets av venner og snakker om det de leser. I en bibelgruppe.

**Naboposten 20 år  
siden: Nr. 1 - 1993:**

## Fra lokalhistorien

Kampen for å få direkte linje med trikken fra Oppsal til Oslo sentrum var stor, og på et masse møte den 9. juni 1936 i Golia Velhus, ble det besluttet å gå til trikkestreik hvis ikke trafikantene innen en viss frist fikk bindende tilsagn om at saken skulle være løst innen utgangen av 1936.



## Babysang

Våren 2013

### Torsdag

kl. 12:00 til 13:30

**I Oppsal kirke:** 17/01, 31/01, 14/02, 28/02,  
14/03, 11/04, 25/04, 23/05, 06/06

(huskeregel: Babysang i kirken er i oddetallsuker)

**I Søndre Skøyen kapell:** 10/01, 24/01, 07/02,  
07/03, 21/03, 04/04, 18/04, 02/05,  
16/05, 30/05

(huskeregel: Babysang i kapellet er i partallsuker)



Babysang er et tilbud til deg som er hjemme med barn, og som har lyst til å treffe andre som også har små barn.

Babysang er en ufornell samling med kaffe/te, litt å bite i (kr. 25,-) og god tid til å prate sammen

## Oppsal menighets to barnekor



### Oppsang (1-4 år)

og

### Barnegospel (5 år og oppover)

øver i Oppsal kirke  
hver mandag kl. 18-19

Les mer på

[www.oppsalmenighet.no](http://www.oppsalmenighet.no)

## Kjærlighetsmåltid

**Påskens budskap er et budskap om kjærlighet!**

**Vi markerer dette med et måltid preget av fest, glede, og godt fellesskap.**



Skjærtorsdag **28. mars** er du velkommen kl. 17:00. Skriv deg på navnelistene i kirken eller i kapellet, eller kontakt menighetskontoret for å melde deg på.

**Påskefrokost påskedag**  
**31. mars kl. 09:00—11:00**  
**i Oppsal kirke**

Vi feirer påskehøytiden ved å samles til et hyggelig måltid.

Ta gjerne med venner, bekjente eller naboer. På en slik dag er selvfølgelig alle og enhver hjertelig velkommen.



**Husk å melde deg på slik at vi har nok mat. Skriv deg på navnelistene som ligger i kirken og kapellet, eller kontakt menighetskontoret.**

# Barnas side

Vet du hva som skjer for barna i Oppsal kirke og Søndre Skøyen kapell? Det er mye rart du kan være med på. Les på [www.oppsalmenighet.no](http://www.oppsalmenighet.no)! På hjemmesiden vil du bli oppdatert på det som skjer for barn i menigheten!



*Å ha omsorg  
for vår neste...*

Hei!  
Jeg håper du har hatt en fin jul! Denne gangen skal jeg snakke litt om hvordan Jesus vil at vi skal være mot hverandre. Han vil at vi skal ta vare på jorda vår og de som er rundt oss.

I bibelen kan vi lese:  
*Alt dere vil at andre skal gjøre mot dere, skal også dere gjøre mot dem. For dette er loven og profetene i en sum. Matteus, 7:12*

Da Gud skapte verden, ville han at det skulle være perfekt. Det skulle være godt å leve her. Alt det Gud skapte hadde sin plass, og han satte mennesket til å ta vare på alt som levde.  
Hvem er «vår neste»?  
Jo det er alle som er rundt oss. Også de vi ikke

kjenner. Mennesker over hele verden – i alle land – er en del av Guds store skaperverk.

Vi mennesker må være greie med hverandre. Vi skal gjøre mot andre, slik vi vil at andre skal gjøre mot oss. Vi skal ta vare på jorda vår, slik at den blir slik vi selv ønsker å finne den.

Barn over hele verden – kan ta vare på hverandre – slik at alle får det bra. Det kan vi gjøre ved å dele litt av alt vi har her i Norge. Vi kan ta imot mennesker som har reist fra krig, fattigdom og vonde ting der de kom fra. Eller vi kan gi penger og klær, leker og andre ting, slik at de får det litt bedre der de er.

Vi kan gjøre noe her i Norge også. Vi kan ta vare på dem som aldri får være med på leken, trøste de som gråter, være snille mot dem som ikke har det så greit. Du kan også låne bort favorittleken din til noen som gjerne vil leke med den, eller du kan låne bort dine tørre votter til noen som trenger dem..



Hei!  
Jeg heter Martin,  
og er redaktøren  
for denne flotte siden.  
Jeg tar gjerne imot tegninger,  
dikt og ting du har på hjertet.  
Send alt sammen inn til  
menighetskontoret.  
Takk!

Jeg tror nok alle har en liten ting de kan gjøre for andre. Men viktigst av alt er hvordan vi er mot hverandre. Vi skal møte andre slik vi vil at andre skal møte oss. Og, vi skal ta vare på den jorda Gud har gitt oss, slik at den er like fin for dem som kommer etter oss.



Så kan vi også huske på hvor heldige vi er som har Jesus – han er verdens beste venn! Når vi tenker, litt som Jesus gjorde, blir vi varme i hjertet. Og han viser oss hvordan vi skal ta vare på alle mennesker – og møte dem – der de er. Slik blir jorda vår et godt sted å være!

**Klem fra Martin!**

Søndagsskoledatoer:  
3. mars  
10. mars  
7. april  
14. april  
5. mai  
9. juni (sommer-  
avslutning med tur)



## Velsmakende mat til alle anledninger



- Alt i catering
- Eget konditori
- Selskapslokaler



**Matspecialen AS**  
Ole Deviks vei 26, 0666 Oslo  
Tlf 23 03 95 00  
Faks 23 03 95 10

Deilige retter til rett tid – [www.matspecialen.no](http://www.matspecialen.no)

## NORGES ELDSTE BEGRAVELSESBYRÅ

Avd Nordstrand: Tlf 23 16 83 30  
Avd Majorstuen: Tlf 23 19 61 50  
[www.wangbegravelse.no](http://www.wangbegravelse.no)

(tidl. Nordstrand Wang Begravelsesbyrå)



## Veterinær Heidi Nøstvig

- Hjemmebesøk
- Vaksinerings
- ID-merking
- Kastrering
- Avliving
- Annen poliklinisk behandling

Hellerudsvingen 5, 0684 OSLO  
Tlf: 950 71 012

## ADVOKAT Roy Mosnesset

Saker om fast eiendom, bolig,  
kjøpstvister, skadeerstatning,  
trafikksaker, testament, arv, skifte,  
arbeidrett m.m.

Advokatene i Håndverkeren,  
Rosenkrantz' gt. 7,  
0159 Oslo  
tlf. 22 70 89 94,  
fax 22 70 89 91  
e-post: [roy.mosnesset@advokateneihandverkeren.com](mailto:roy.mosnesset@advokateneihandverkeren.com)  
[www.advokateneihandverkeren.com](http://www.advokateneihandverkeren.com)



**Hva kan vi hjelpe med?**  
Følge til lege, tannlege osv.  
Besøksvenn  
Ordne småting i huset  
Kopiering og attesting av  
vitnemål og attester

**Vi har også**  
Publikumsmaskin med  
Internett  
Opplysning om frivillige  
organisasjoner i bydelen.  
Seniornettkafe  
Lydavisabonnement

**Hvordan bli frivillig?**  
Kontakt Frivillighets-  
sentralen for en samtale.  
Det er du som bestemmer  
hva du vil gjøre, hvor lenge  
og hvor ofte. Vi har også  
behov for flere frivillige  
som besøksvenner.

**Sentralen holder til i  
OPPSAL  
SAMFUNNSHUS  
3. ETG.**

Åpent mandag-torsdag  
mellom 10 og 15 eller  
kveldstid etter avtale.

**Telefon: 22 75 84 84**

**Mobil: 472 34 816**

e-post: [frivilligopp@c2i.net](mailto:frivilligopp@c2i.net)  
*Tilnyttet Grasrotandelen!*

En annonse i Naboposten blir sett!  
Som du ser...

**REMA 1000**

REMA 1000 Ulsrud, Østmarkveien 27

## Trosopplæringsmidler til Oppsal menighet

Som en fantastisk julegave fikk menigheten i midten av desember beskjed om at menighetene i Søndre Aker prosti er tildelt midler til gjennomføring av trosopplæringsreformen fra og med 2013!

Midlene skal benyttes til å drive et systematisk og sammenhengende arbeid med trosopplæringen i menigheten og skal brukes både til en

stilling og til drift. Kirken har gjennom menighetene et ansvar for å gi alle døpte opplæring i den kristne tro, og de tiltak som tilbys, må derfor ha alle medlemmer i alderen 0-18 år som målgruppe.

Oppsal menighet har de i flere år hatt en trosopplæringsplan som bl.a. innebærer at 2-, 4-, 6-, 8-, 10- og 12-åringer inviteres et opplegg, gjerne

knyttet til en gudstjeneste. Dette skal nå videreutvikles og forbedres slik at flest mulig bli kjent med evangeliet om Jesus Kristus og blir utfordret til engasjement og deltakelse i kirke og samfunnsliv.

Møter i Oppsal menighetsråd avholdes i menighetssalen kl. 19:00 og er åpne for alle. De neste møter er 13. februar, 21. mars og 24. april.

### Årsmøte i kirken

Det innkalles med dette til årsmøte i Oppsal menighet søndag 7. april kl. 12:30 i menighetssalen, Oppsal kirke. Saker som man ønsker tatt opp på årsmøtet må være levert inn til menighetsrådet ved kontoret i kirken innen 12. mars. Årsmelding for 2012 vil være tilgjengelig i kirken og på [www.oppsalmenighet.no](http://www.oppsalmenighet.no) fra 22. mars.

### Årsmøte i kapellet

Menighetskomiteen for Søndre Skøyen menighetskrets innkaller til årsmøte søndag 3. mars etter gudstjenesten.

### Hele prostiet synger

Velkommen til høstens storsamling for menighetene i Søndre Aker prosti!

Den finner sted søndag 3. mars kl. 18:00 i Lambertseter kirke.

Denne kvelden vil mennesker fra alle kanter av prostiet samles til sangfest. Det blir et variert sang- og allsangprogram, akkompagnert av både orgel og et sammensatt orkester. Flere kor fra menighetene deltar, både som allsangledere og med fellesnumre.

Dette blir en flott opplevelse. **Velkommen!**

### **Sportgudstjenester i Østmarkskapellet søndager kl. 12:00!**

**Kafeen er åpen fra kl. 11:00 til 14:00 på søndager (stengt under gudstjenesten).**

**10.02:** Tore Laugerud

**17.02:** Dag Høyem med nattverd

**24.02:** Torleiv Austad

**03.03:** Trond Skard Dokka

**10.03:** Liv Hegle

**17.03:** Espen Feilberg Jakobsen

**24.03:** Gyro Sølvsberg

**01.04:** Gunleik Seierstad 2. påskedag

**07.04:** Trygve Wyller

**14.04:** Bjørn Mathiesen

**21.04:** Hege Fagermoen

Familiedag, grilling og leker! Ta med grillmat!

**28.04:** Tore Kopperud

**05.05:** Ragna Dahlen

**12.05:** Pål Torkildsen

**20.03:** Øystein Larsen 2. pinsedag

**26.05:** Inge Lønning

**02.06:** Gunnar Kagge

**09.06:** Per Olav Vangen

**16.06:** Kjell Nordstokke

# Velkommen til gudstjeneste



Det er mulighet for dåp hver søndag unntatt i gudstjenester merket med \*



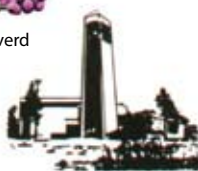
Nattverd



Familiegudstjeneste



Søndagsskole



Oppsal kirke  
Kirkeskyss? Ring mellom kl. 09:30 & 10:00 samme dag.  
Tlf.: 952 73 067








Søndre Skøyen kapell  
Kirkeskyss? Ring mellom kl. 10:00 & 10:30 samme dag.  
Tlf.: 22 27 88 44



## Oppsal kirke

## Søndre Skøyen kapell

<p>Søndag 17. mars Mariabudskapsdag 1 Sam 1,21-28 Apg 16,12-15 <i>Luk 1,39-45</i></p>	<p>Barnas gudstjeneste kl. 11:00 Fredrik Berge og Anne Brandt Føyen Kode B deltar Ofr.: Søndagsskole- forbundet</p> 	<p>Gudstjeneste kl. 11:00 med bønnevandring Hans Jacob Finstad Ofr.: Eget arbeid</p> 
<p>Søndag 24. mars Palmesøndag Sak 9,9-10 Fil 2,5-11 <i>Joh 12,1-13</i></p>	<p>Gudstjeneste kl. 11:00 med bønnevandring Kåre Skråmestø Ofr.: Eget arbeid</p> 	<p>Gudstjeneste kl. 11:00 Hans Jacob Finstad Ofr.: Kirkens Nødhjelp</p> 
<p>Torsdag 28. mars Skjærtorsdag Salme 116,1-14 1 Kor 11,23-26 <i>Joh 13,1-17</i></p>	<p>Kjærlighetsmåltid kl. 17:00 Gudstjeneste kl. 19:00 Hans Jacob Finstad og Bjørn Engebakken Ofr.: Eget arbeid</p> 	<p>Felles gudstjeneste i Oppsal kirke</p> 
<p>Fredag 29. mars Langfredag <i>Luk 22,39-23,46</i></p>	<p>Gudstjeneste kl. 11:00 Kåre Skråmestø</p> 	<p>Felles gudstjeneste i Oppsal kirke</p> 
<p>Søndag 31. mars Påskedag 2 Mos 15,1-3 Kol 2,12-15 <i>Joh 20,1-10</i></p>	<p>Påskefrokost kl. 09:00 Gudstjeneste kl. 11:00 Kåre Skråmestø Ofr.: Normisjons internasjonale arbeid</p> 	<p>Gudstjeneste kl. 11:00 Hans Jacob Finstad Ofr.: Eget arbeid</p> 
<p>Mandag 1. april 2. Påskedag Jer 31,9-13 2 Kor 5,14-19 <i>Joh 20,11-18</i></p>	<p>Fellesgudstjeneste kl. 11:00 i Manglerud kirke med Bøler og Manglerud menigheter Kåre Skråmestø</p> 	<p>Fellesgudstjeneste kl. 11:00 i Manglerud kirke med Bøler og Manglerud menigheter Kåre Skråmestø</p> 
<p>Søndag 7. april 2.s. i påsketiden Jes 45,5-8 1 Pet 1,3-9 <i>Joh 20,24-31</i></p>	<p>Gudstjeneste kl. 11:00 med bønn som tema Nina Kristine Niestroj Ofr.: Eget arbeid Årsmøte etter gudstjenesten</p>  	<p>Gudstjeneste kl. 11:00 Kåre Skråmestø Ofr.: Eget arbeid</p> 
<p>Søndag 14. april 3.s. i påsketiden Salme 23,1-6 1 Pet 5,1-4 <i>Mark 6,30-44</i></p>	<p>“Bob Dyland” gudstjeneste <b>kl. 18:00</b> med bønnevandring Kåre Skråmestø og Atle Karlung Ofr.: Misjonshøyskolen</p>  	<p>Gudstjeneste kl. 11:00 med bønn som tema Nina Kristine Niestroj Ofr.: Eget arbeid</p> 

# PORTRETTE

## Et møte med Anne

**Oppsal menighet har fått en ny medarbeider. Kateket Randi Abelsen Woldseth har gått ut i svangerskapspermisjon. Mens hun er borte har vi fått ansatt Anne Brandt Føyen som vikar. Hun begynte 12. november og vil ha sitt virke fram til 1. november 2013. Anne er det mye godt å si om. Vi har intervjuet henne og spør:**

*Hvor kommer du fra?*  
Jeg kommer fra Norges koseligste sted på vestlandet. En liten bygd som heter Tysvær, i Tysvær kommune. Det



*Anne utkledd som Josef under barnehagens julegudstjenester*

ligger utenfor Haugesund. Jeg er vokst opp nærme sjø, vann og skog. I flott natur og ekte vestlandsvær. Et lite sted hvor alle vet hvem alle er, et trygt og flott sted, med Haugesund by i nærheten.

*Fortell mer om deg selv?*  
Jeg er veldig sosial og glad i mennesker, venner og familie. Jeg liker at det skjer ting rundt meg, action, fart og spenning. Samtidig som jeg er lykkelig når jeg får vært en tur i skogen og kjent på stillheten og fuglekvitring. Før jeg kom til Oslo har jeg gått på Sagavoll folkehøgskole på friluftslivlinje, bibelskole i Filadelfia med et 5 måneders opphold i Kenya, studert på Menighetsfakultetet, og hatt ulike jobber. Sommeren 2011 giftet jeg meg med den beste mannen: Jon Ivar Føyen. Der kommer navnet Føyen inn.



*Hvorfor flyttet du hit til Oppsal?*

Jon Ivar er jo også grunnen til at jeg havnet på Oppsal. Han bodde her fra før sammen med en kamerat, under besteforeldrene sine. Så da måtte han ut og jeg fikk flytte inn. Vi er heldige som får bo så nærme familie og jeg liker Oppsal veldig godt.

*Hva holder du på med her?*

Jeg jobber som kateket-vikar. Da har jeg ansvar for barne- og ungdomsarbeidet sammen med prestene i menigheten. Jeg har et ansvar for det som skjer av trosopplæring og undervisning her i kirken.

*Hva er det viktigste i livet ditt, Anne?*

Det viktigste i livet mitt er å prøve å leve som en Jesu etterfølger, med beina plantet godt på jorda og med en himmel over livet.

**Av Kåre Skråmestø**