


# NABOposten

Nr. 1 - vinter 2021 67. årgang

## Oppsal Menighetsblad

- 
- Soknepresten blir pensjonist. Les intervju side 10.
  - Rent vann til alle! Oppsal engasjerer seg for Kirkens Nødhjelp, se side 16.

## Kontaktinformasjon



- mennesker møtt av Jesus Kristus

### Oppsal kirke

Solbergliveien 85, 0683 Oslo

Bankkonto: 7877.06.73983

Gaver: 1506.24.57926

### Menighetskontoret

Telefon: 23 62 99 60

E-post:

post.oppstal.oslo@kirken.no

Åpent: mandag til fredag

kl. 10:00 - 14:00

### Oppsal menighetsråd

Leder: Sylvi Tennøe

Telefon: 986 53 635

### Søndre Skøyen kapell

Dalbakkveien 39, 0682 Oslo

Henvendelser rettes til

menighetskontoret Oppsal.

Bankkonto: 1609.12.68071

Gaver til menighetsarbeid:

1506.25.32243

Gaver til kapellets drift:

1609.50.08694

### Utleie av Oppsal kirke og

### Søndre Skøyen kapell

Kontakt menighetskontoret



Følg oss på

Facebook

@oppstalmenighet

www.oppstalmenighet.no

## Ansatte i Oppsal menighet



*Daglig leder:* Asbjørn Kjekshus

M: 911 30 494

E-post: ak663@kirken.no



*Sokneprest:* Kåre Skråmestø

M: 924 26 917

E-post: ks638@kirken.no



*Kapellan:* Nina Kristine Niestroj

M: 482 73 390

E-post: nn834@kirken.no



*Diakon:* Edel Lilleeng Solberg

T: 408 14 241 / M: 917 08 146

E-post: es765@kirken.no



*Trosopplærer:*

Vakoté Yama Dieudonné

M: 975 62 277

E-post: vd822@kirken.no



*Kantor:* Sølvi Ådna Holmstrøm

M: 924 36 770

E-post: sh829@kirken.no



*Organist i Søndre Skøyen kapell:*

Lars Fredrik Nystad / M: 958 57 019

E-post: LN772@kirken.no



*Menighetsarbeider:*

Ingvild Amalie Stavran

M: 988 73 381

E-post: is777@kirken.no



*Kapellan:* Alexander Colstrup

M: 957 98 029

E-post: ac953@kirken.no



*Kirketjener:* Johnny Hagen

T: 408 14 212 / M: 938 04 007

E-post: jh879@kirken.no



**Koronaforbhold!**  
**Følg med på nettsiden for**  
**oppdatert informasjon om**  
**arrangementene.**



**NABOPOSTEN**  
Oppsal Menighetsblad

Naboposten utgis av  
Oppsal menighet.  
Opplaget er 8.500  
eksemplarer, har fire  
nummer i året,

og leveres ut til  
menighetens  
husstander.  
Bladet trykkes hos  
Merkur Grafisk.

### Annonser:

Ta kontakt med  
redaktør for priser.

### Fast avtale:

10 % rabatt

### Redaktør:

Edel Lilleeng Solberg

### Neste nummer:

Utgis 06.05.2021

### Innleveringsfrist:

Mandag 19.04.2021

### Foto s. 1:

Ingvild Amalie Stavran

### Vinter-/vårfotos side 2, 4, 5, 12

Hans Jacob Finstad

Til ettertanke:

**Opp av det vonde kan friske knopper skyte:**

# *Tro, håp og kjærlighet*

Foto: Nina Niestroj

**Hva dreier troen din seg om, Nina?**

- Først synes jeg de er kloke de som sier at «min tro» egentlig ikke er så interessant, for vi har en felles overlevert tro på den treenige Gud. Men like fullt, hver og en av oss må finne sin plass i denne troen og gjøre den til sin egen. Jesus er min nærmeste venn og frelser, det kommer jeg stadig tilbake til. En venn jeg kan si alt til og som har tillit til meg, og en frelser som jeg tror hjelper meg gjennom døden en gang og som hjelper meg også her og nå når jeg har det vanskelig eller har dårlige følelser.



Ettersom jeg de siste par årene baker eget brød annenhver dag forstår jeg også mer av hva Jesus mente med «Jeg er livets brød.» (Johannes 6,48). Jeg må spise brød jevnlig, ikke en diger porsjon som holder i flere uker, og ikke minst brød blir etter noen dager tørt og så muggent. Til sammenligning må jeg være i en daglig og jevn relasjon med Jesus, det er ferskvare og jeg kan ikke leve på det jeg opplevde for flere år tilbake, eller gudstjenesten for en måned siden.

**Har du håpstanker for mennesker på Oppsal?**

Ja, Jesus er håp. Han døde til stor sorg og fortvilelse for sine nærmeste, men Han stod også opp igjen påskedag og Han lever. Og i dette ligger mitt og vårt håp: Ikke nødvendigvis at alt blir bare bra, ting blir gjerne annerledes enn vi hadde ventet, men opp av det vonde og døde kan friske knopper skyte og ting kan ta en ny, frisk og god vending. Men dette kan vi ikke snakke lett om for det er det ikke, og enkelte opplever ikke oppstandelse og ny glede før i det evige livet.

**Da passer det vel å knytte an til versene om tro, håp og kjærlighet?**

-Ja, Paulus sier det vakkert i sitt første brev til korinterne (kapittel 13). Guds kjærlighet (agape) til menneskene og også vår kjærlighetsevne, vi skal få gi videre. Dette utfordrer meg, for jeg har ofte nok med meg og mitt og min familie, men har sett og opplevd hvor dyrebar godheten og nåden fra Gud er til ulike mennesker, og nestekjærligheten som jeg tror er en håpsfaktor i verden, og der kirka fortsatt har en stor oppgave.



Kapellan  
Nina Kristine Niestroj

## Hva skjer...

Program for arrangementene kommer når vi ser hvordan smittevernreglene utvikler seg.

**Koronaforbehold!**  
Følg med på nettsiden for oppdatert informasjon om arrangementene.

**Temalunsj i Oppsal kirke:**  
(Tirsdager kl. 12.00-14.00)

2. mars

13. april

4. mai

8. juni: Tur!

**Kirkeringen i Oppsal kirke**  
(Tirsdager kl. 12.00 -13.30)

Ta med matpakke.

16. mars

20. april

Ikke Kirkeringen i mai

8. juni: Tur!

**Fredagslunsj i Oppsal kirke (kl 12.00-13.00):** Ta med matpakke! Det serveres kaffe, te og kanskje noe godt til kaffen. (Hver fredag, bortsett fra høytidsdager.)

Det innkalles med dette til **menighetsmøte og årsmøte** i Oppsal sokn **17. mars kl. 19.00!** Årsmøtet blir digitalt på Zoom. Mer info på hjemmesiden: [www.oppsalmenighet.no](http://www.oppsalmenighet.no). Ring daglig leder hvis du har spørsmål!

**Formiddagstreff i Søndre Skøyen kapell (Onsdager kl 12.00-14.00)**  
17. mars  
21. april  
19. mai

**Lørdagstreff kl. 12.00-13.30 for mennesker med utviklingshemming:**  
Datoer og sted blir gjort kjent senere.

**Tilbud til deg som er i sorg:**

Har du mistet en som sto deg nær? Ta gjerne kontakt med Oppsal menighet sine prester og diakon, for samtale. Vi håper å starte sorggruppe i løpet av våren, litt avhengig av smittevernreglene. Du finner telefonnumre og epostadresser på side 2 i dette bladet.

**Mange motbakker?**

Kirken vil gjerne støtte deg når livet er vanskelig. Du kan snakke med en av prestene eller diakonen i Oppsal. De har utdanning og bakgrunn som gjør at de vet litt om livet. De har taushetsplikt. Ta gjerne kontakt! Vi tilbyr sorggrupper for deg som har mistet en du er glad i. Og hvis du går gjennom samlivsbrudd, finnes det grupper som vi kaller «Sorgen det ikke sendes blomster til.» Ta gjerne kontakt! Enten på telefon 40 81 42 41, eller på epost [post.oppsal.oslo@kirken.no](mailto:post.oppsal.oslo@kirken.no).





# REMA 1000

REMA 1000 Oppsal,  
Vetlandsveien 68

**Auster**  
Salon & Academy  
Oppsal senter

Telefon  
**22 26 77 78**

**Veterinær**  
**Heidi Nøstvig**

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

Hellerudsvingen 5, 0684 OSLO

**Tlf: 950 71 012**



**MANGLERUD ADVOKATKONTOR**  
Advokat Kari Paulsrud m.n.a.

- Testamenter/arveoppgjør
- Samboeravtale/ektepakt
- Separasjon/skilsmisse
  - Arbeidsrett
- Kjøp/salg av fast eiendom/generasjonsskifte

Manglerud Senter - Plogveien 6 - kontor i 2. etg  
Timebestilling tlf.: 21 37 71 77 / 90 88 97 33  
E-post: kpaulsrud@kindemco.no

**OPPSAL LEGEKONTOR**

Spesialist i allmenntmedisin Yngve Rønsen- Timebestilling/Øyeblikkelig hjelp

BARN - VOKSNE- GRAVIDITETSKONTROLL

HJEMMEBESØK ETTER AVTALE

**Tlf. 22 27 49 29- Telefontid: 08:00- 15:00**

Haakon Tveters vei 88 (Oppsal senter)

**Oppsal Samfunnshus**  
**Selskaps- og møtelokaler**  
– I bydelens hjerte



Våre lokaler egner 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.*

Adr: Vetlandsvn. 99/101, 0685 Oslo. Tlf: 23 12 65 40

post@oppsalsamfunnshus.no

# Oppsal kirke - en stengt kirke?

Det hendte i de dager,  
da rentenivået var en tanke høyere,  
da Donald Trump var president i USA,  
da munnbind var for skiløpere i -20C,  
da kohorter var et fremmedord,  
da ingen hadde hørt om covid-19,  
at kirken vår og kapellet vårt var fylt av lys og lyd og  
alle slags mennesker både tidlig og sent.

Men med ett,  
med ett vet 5-åringen forskjell på gult og rødt nivå,  
med ett befinner Oppsal seg innenfor Ring 1,  
med ett er det stille i Oppsal kirke og mørkt i Søndre  
Skøyen kapell.

Er kirken stengt?  
Har kirken tatt pause?  
Hvor er kirken i disse krisetider?

Kirken er ikke stengt.  
Kirken er nemlig ikke Oppsal kirke eller Søndre Skøyen  
kapell eller domkirken for den saks skyld.  
Kirken er Jesu hender og føtter,  
som bærer en ekstra pose med matvarer til naboen,  
som løfter opp telefonen for å ringe en gammel onkel,  
som viser ekstra tålmodighet med barn og unge,  
som lar kreativiteten komme til uttrykk i nye måter å  
vise godhet på,  
som spør en fremmed: «Hva vil du jeg skal gjøre for  
deg?»

Kirken er altså *noen*, ikke *noe*.  
Den er deg og meg.  
Og du og jeg har ikke stengt.



Kapellan  
Alexander Colstrup

### Naboposten for 40 år siden

Nr. 1 – 1981:  
**Alle lysløper fører til  
Mariholtet**

Vi ber leserne merke seg  
overskriften og finne ut  
hvor nærmeste lysløype er.  
Straks etter jul fant det sted et  
historisk møte på Mariholtet.  
Menighetene i Bøler, Furuset,  
Haugerud, Høybråten/  
Ellingsrud og Oppsal startet  
opp med fellessamlinger i  
den innerste peisestua på  
Mariholtet. Vi begynte tirsdag  
6. januar og fortsetter senere  
hver uke på onsdager. Fra  
19.30 til 20 synger vi sammen  
og lytter til en kort andakt ved  
en av prestene.

### Naboposten for 20 år siden

Nr. 1 – 2001:  
**Nye tjenere i menigheten**

De begynte på samme dag,  
14. august 2000, og både  
Grete Haus og Carl Magnus  
Salvesen har tjenerroller i  
Oppsal menighet. Det har  
vel forresten alle kirkens  
kvinner og menn? Så hva  
kan vi forvente av disse to ?  
Naturlig er det å begynne med  
spørsmålet om hvorfor i all  
verden de arbeider i Oppsal  
menighet av Den norske kirke.  
– Det er ingen logisk, planlagt  
grunn, innrømmer Carl  
Magnus. – De rette dørene  
åpnet seg.

# BARNAS AKTIVITETSTILBUD

I perioden fra 18. februar til 6. mai vil barnas aktiviteter trolig fortsatt være påvirket av koronapandemien. Vi følger nøye med på nasjonale retningslinjer fra kirken og helsemyndighetene. Dette planlegger vi, men sjekk hvordan ting ser ut på vår hjemmeside [www.oppsalmenighet.no](http://www.oppsalmenighet.no) og på Facebook.



## Annenhver tirsdag i oddetallsuger kl. 17.00 - 18.30

Kom til ferdig dekket bord og middag. Vi spiser og prater sammen. Deretter samles vi til bibelfortelling og aktivitetsgrupper. Oppsang er for deg som er 1-5 år og liker å synge. Hobbyaktivitet, malekurs, quiz er for deg som er 6 år og oppover. Velkommen til store og små.

Kr 40/pers og maks kr 120/familie



Velkommen til søndagsskolen og barnas gudstjeneste i Oppsal kirke. Følg med på gudstjenesteplanen i Naboposten eller sjekk gudstjenesteprogram på [www.oppsalmenighet.no](http://www.oppsalmenighet.no).



KODE B er for deg som er 10 - 12 år. Du er invitert til en samling og en gudstjeneste. Lørdag 10. april starter vi i kirka med sang, mat, film, kos med godteri. Søndag 11. april kl. 11.00 er det KODE B gudstjeneste i Oppsal kirke. Du er spesielt invitert til gudstjenesten. Familie og faddere er velkomne.



## Vi møtes annenhver tirsdag i oddetallsuger kl. 15.00 - 16.30

Du som er glad i å synge og er 10-15 år er velkommen.

Ta kontakt med dirigent Sølvi Ådna Holmstrøm på email: [sh829@kirken.no](mailto:sh829@kirken.no) eller mobil: 92436770.



## Hver torsdag kl. 12.00 - 14.00 (unntatt skoleferier)

Babysang er et sosialt familietilbud for hjemmевærende mødre, fedre og besteforeldre med små barn (0-1 år).

Tilbudet er uten påmelding. **Kr 50/gang med servering.**

Du kan følge med på [www.facebook.no/babysangoppsal](http://www.facebook.no/babysangoppsal).



Påmelding til dåp: Kirketorget, Akersbakken 32, 0172 Oslo. Telefon: 23629009

Du kan også sende en E-post til :

[kirketorget.oslo@kirken.no](mailto:kirketorget.oslo@kirken.no) eller melde deg på her : [minkirkeside.no/oslo](http://minkirkeside.no/oslo).

## Velkommen til gudstjeneste!



Det er mulighet for dåp hver søndag unntatt i gudstjenester merket med \*  
Gudstjenestene er kl. 11.00 hvis det ikke står noe annet.



Nattverd



Familiegudstjeneste



Søndagsskole



















Oppsal kirke





Søndre Skøyen kapell

Her følger normalplanen for gudstjenester i Oppsal vinteren/våren 2021. Følg med på kirkens nettsider for oppdatert informasjon om hvilke konsekvenser smittevernberedskapsen til enhver tid har for gjennomføring av gudstjenester.

<p><b>Søndag 21. februar</b> <b>1. søndag i fastetiden</b> 1 Mos 4,1–7 1 Kor 10,10–13 Matt 16,21–23</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd Nina K. Niestroj  Ofr: Eget arbeid</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd  Kåre Skråmestø  Ofr: Eget arbeid</p>
<p><b>Søndag 28. februar</b> <b>2. søndag i fastetiden</b> 1 Mos 3,8–15 Rom 5,17–19 Luk 7,36–50</p>	<p><b>Kl 18</b> Kveldsgudstjeneste m/nattverd  Alexander Colstrup Ofr: Eget arbeid</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd  Kåre Skråmestø  Ofr: Eget arbeid</p>
<p><b>Søndag 7. mars</b> <b>3. søndag i fastetiden</b> Job 2,1–10 Ef 6,10–18 Mark 9,17–29</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd  Nina K. Niestroj Ofr: Eget arbeid</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd  Alexander Colstrup Ofr: Eget arbeid</p>
<p><b>Søndag 14. mars</b> <b>4. søndag i fastetiden</b> 4 Mos 21,4–9 Joh 3,11–16 2 Kor 5,18–21</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd  Kåre Skråmestø Ofr: Eget arbeid</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd(*)  Eivind Osnes Ofr: Eget arbeid</p>
<p><b>Søndag 21. mars</b> <b>Maria budskapsdag</b> Jer 33,14–17 Ef 1,3–6 Luk 1,46–55</p>	<p>Avskjedsgudstjeneste for Kåre Skråmestø. Nattverd. Barnas gudstjeneste(*) Kåre Skråmestø, Nina Niestroj, Alexander Colstrup Søndagsskole  Ofr: Eget arbeid  Stor kirkekaffe</p>	<p>Felles gudstjeneste i Oppsal kirke</p>
<p><b>Søndag 28. mars</b> <b>Palmesøndag</b> Jes 56,6–8 Rom 3,21–26 Matt 26,6–13</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd  Alexander Colstrup  Søndagsskole Ofr: Eget arbeid</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd  Kåre Skråmestø  Stor kirkekaffe Ofr: Alpha Norge</p>



stjenestelistene, og på side 7 oversikt over det som skjer for barna.

<p><b>Torsdag 1. april</b>  <b>Skjærtorsdag</b>                  Jer 31,31–34                  Hebr 10,19–25                  Luk 22,14–23</p>	<p><b>Kl 17.00</b> Kjærlighetsmåltid                  Påmelding til diakonen,                  es765@kirken.no, eller tlf                  408 14 241.                  Gudstjeneste med nattverd                  Nina Kristine Niestroj                  Ofr: Eget arbeid</p> 	<p>Felles gudstjeneste i Oppsal kirke</p>
<p><b>Fredag 2. april</b>  <b>Langfredag</b>                  Luk 22,39–23,46</p>	<p>Gudstjeneste (*)                  Nina Kristine Niestroj                  Ofr: Eget arbeid</p>	<p>Felles gudstjeneste i Oppsal kirke</p>
<p><b>Søndag 4. april</b>  <b>Påskedag</b>                  Jes 52,7–10                  Rom 14,7–9                  Matt 28,1–10</p>	<p>Høytidsgudstjeneste m/                  nattverd                  Nina Kristine Niestroj                  Påskelunsj/kirkecaffe                  Ofr: YoungLife</p> 	<p>Felles gudstjeneste i Oppsal kirke</p>
<p><b>Søndag 5. april</b>  <b>2. påskedag</b>                  1 Mos 45,1–15                  1 Pet 1,18–23                  Luk 24,36–45</p>	<p><b>Kl 19</b> Kveldsgudstjeneste (*)                  Vikarprest/ Alexander Colstrup                  Ofr: Eget arbeid</p>	<p>Felles gudstjeneste i Oppsal kirke</p>
<p><b>Søndag 11. april</b>  <b>2. søndag i påsketiden</b>                  Jer 31,1–6 eller Apg 1,1–5                  1 Joh 5,1–5                  Joh 21,15–19</p>	<p>Barnas gudstjeneste                  Kode B (10-12-åringer)                  m/nattverd                  Nina Kristine Niestroj                  Ofr: Acta Normisjons barne- og ungdomsarbeid</p> 	<p>Gudstjeneste m/nattverd(*)                  Eivind Osnes                  Ofr:</p> 
<p><b>Søndag 18. april</b>  <b>3. søndag i påsketiden</b>                  Esek 34,23–31 el. Apg 3,12–21                  Hebr 13,20–21                  Joh 10,1–10</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd                  Vikarprest/ Alexander Colstrup                  Ofr: Eget arbeid</p> 	<p>Gudstjeneste m/nattverd (*)                  Espen Andreas Hasle                  Ofr: Eget arbeid</p> 
<p><b>Søndag 25. april</b>  <b>4. søndag i påsketiden</b>                  Jes 43,16–21 eller Apg 9,1–19                  Åp 2,1–7                  Joh 13,30–35</p>	<p>Kveldsgudstj. m/nattverd (*)                  Vikarprest/ Alexander Colstrup                  Ofr: Eget arbeid</p> 	<p>Gudstjeneste m/nattverd(*)                  Svein Erik Skibrekke                  Ofr: Eget arbeid</p> 
<p><b>Søndag 2. mai</b>  <b>5. søndag i påsketiden</b>                  1 Kong 17,8–16 el. Apg 2,42–47                  Rom 12,1–3                  Luk 13,18–21</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd                  Nina Kristine Niestroj                  Barnas gudstjeneste                  Ofr: Eget arbeid</p> 	<p>Gudstjeneste m/nattverd                  Vikarprest                  Ofr: Eget arbeid</p> 
<p><b>6. søndag i påsketiden</b>  <b>Søndag 9. mai</b>                  Dan 9,17–19 eller Apg 4,23–31                  3 Joh 11                  Matt 7,7–12</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd                  Vikarprest                  Ofr: Alpha Norge</p> 	<p>Gudstjeneste m/nattverd                  Nina Kristine Niestroj                  Ofr: Østmarkskapellet</p> 
<p><b>Kristi himmelfartsdag</b>  <b>Torsdag 13. mai</b>                  Dan 7,13–14 eller Apg 1,1–11                  Rom 10,6–10                  Luk 24,46–53</p>	<p>Gudstjeneste m/nattverd                  Vikarprest</p> 	<p>Felles gudstjeneste i Oppsal kirke</p>

# Takk til Kåre Skråmestø for tretti års tjeneste som prest i Oppsal!

Vår sokneprest gjennom mange år slutter 31. mars fordi han skal pensjoneres og snart blir 70 år. I den forbindelse har vi stilt ham noen spørsmål.

## **Hvor lenge har du vært prest/sokneprest i Oppsal?**

Jeg ble ordinert til distriktprest i Oslo krets av Indremisjonsselskapet den 21. desember i 1979. Etter 6 måneder som drabantbyprest på Lindeberg ble jeg bedt om å gå inn i samarbeidsprosjektet mellom Indremisjonsselskapet/ Normisjon og Oppsal menighet for å være Indremisjonsprest i Søndre Skøyen kapelldistrikt fra august 1980. Det var jeg i til sammen ti år. De neste ti årene utførte jeg preste-tjeneste andre steder i Oslo bispedømme. Den 1. august i år 2000 kom jeg tilbake og begynte som sokneprest i Oppsal sokn. Svaret på spørsmålet er at jeg har utført preste-tjeneste i Oppsal sokn i 30 år, 20 av dem som sokneprest.

## **Har du et enkeltminne fra alle disse årene som har gjort ekstra stort inntrykk på deg?**

Jeg sitter igjen med mange sterke inntrykk fra prestatjenesten i Oppsal. Det er vanskelig å trekke fram bare ett minne. Akkurat nå vil jeg fortelle følgende: Vi var nesten ferdig med et Alpha-kurs

og en av deltagerne ba om å få en samtale. Vedkommende kom inn på kontoret, løftet begge hendene i været og sa: Nå tror også jeg!! Gjennom 8 alphakvelder og en week-end opplevde dette mennesket at livet fikk en ny livsretning. Denne hendelsen kommer jeg ikke til å glemme.



### **Hvilke arbeidsoppgaver som sokneprest kommer du til å savne?**

Enkeltamtalene med mennesker, dynamikken sammen med medarbeidere der vi går inn i arbeidsoppgaver som gir gode resultater og hver dag få lede et liv i en menighet som jeg er glad i.

### **Hvilke oppgaver er du glad for at du slipper å gjøre mer?**

Jeg ser fram til å slippe å fylle ut skjemaer, sitte foran en dataskjerm og prøve å sette meg inn i noe jeg ikke har lyst til å drive med.

### **Hva ønsker du vi skal huske deg for som sokneprest i Oppsal kirke?**

At jeg var med å skape trygghet og gode relasjoner i menigheten. At budskapet jeg har prøvd å overlevere var troverdig og at jeg på ulike måter «pekte på» Jesus.

### **Har du et yndlingsbibelvers som har fulgt deg og som du vil dele med oss?**

Jeg har to vers fra Bibelen som har fulgt meg. Det første fikk jeg på konfirmasjonsdagen min i 1965 i Lunner kirke på Hadeland da sokneprest Sverre Raddum sa til meg:

Strid troens gode strid og grip det evige liv som du er kalt til og som du bekjente deg til da du avla den gode bekjennelse for mange vitner (1. Tim 6.12). Akkurat det samme verset i den samme kirken fikk jeg da jeg ble ordinert til prest i 1979.

Det andre verset som jeg ofte siterer for meg selv og for andre står hos profeten Jesaja kap 41. vers 10: Vær ikke redd, for jeg er med deg. Se deg ikke rådvill omkring, for jeg er din Gud! Jeg gjør deg sterk og hjelper deg og holder deg oppe med min frelserhånd.

### **Hva skal du gjøre når du nå blir pensjonist?**

Være mer bestefar for de 8 barnebarna som bor i nærheten av meg, være mere ute i marka på ski om vinteren og på sykkel om sommeren. Ta vare på båten jeg eier sammen med en kamerat og dra på enda flere turer nedover langs kysten her i østlandsområdet. Dra til Uganda og Israel hvor jeg har venner. Jeg har også en drøm om å dra nordover og litt vestover i landet vårt og vikariere som pensjonistprest. Jeg liker også å lese gode

bøker og se på serier på TV. Jeg gruer meg ikke til å bli pensjonist og skal ikke kjede meg.

### **Vi takker Kåre for en mangfoldig og svært verdifull tjeneste og nå er det vi som kan ønske ham Guds signing.**

Det er planlagt avskjeds-gudstjeneste for ham 21. mars i Oppsal kirke, se gudstjenestelista.



#### **Trenger du følge til lege, eller hjelp til et enkelt praktisk oppdrag hjemme?**

Vi har frivillige som kan følge til lege, eller hjelpe med enkle praktiske oppdrag. Vi har også besøkvenner.

#### **Ønsker du å delta i en aktivitet, eller bidra i en aktivitet?**

Vi legger til rette for aktiviteter hvor vi både inviterer åpent til å delta, og hvor vi trenger frivillige til å bidra. Du kan være med på senior datakafé, språkkafé (norsk-læring), filosofisk verksted, nabolagskafé, sykurs/hjelp, matlagingskurs og yoga.

#### **Oppsal Frivilligsentral holder til i Oppsal Samfunnshus, 3. etg.**

Åpent hverdager kl. 10.00 - 15.00. **Ta kontakt på**

**22 75 84 84 eller**

**frivilligopp@live.no** om du ønsker mer informasjon!  
*Tilknyttet Grasrotandelen!*



## Nye dansekurs

Dansestudio Østensjøveien 18

Barnedans  
Ballett  
Disco  
Hip hop  
Freestyle  
Jazz/contemporary/show  
Dansefitness/dansemix



Informasjon og påmelding:

[www.dansehuset.com](http://www.dansehuset.com)



Autoriserte Fotterapeuter på  
Skøyenåsen Senter, velkommen!

463 10 213

[Fokusfoten.no](http://Fokusfoten.no)

# Kontakt oss når du skal selge!

Vår sterke lokalkunnskap gjør at vi oppnår god pris på salg av bolig. Vurderer du å selge? Ta kontakt med oss i dag for en uforpliktende verddivurdering.



**Alexander  
Klemp**

Fagansvarlig  
Eiendomsmegler



**Sven Yngve  
Hovland**

Eiendomsmegler-  
fullmektig



**Steinar  
Gulbrandsen**

Eiendomsmegler  
MNEF



**Christopher  
Sæter**

Eiendomsmegler

## OBOS eiendomsmeglere Oppsal

Haakon Tveters vei 88, v/Oppsal Senter  
Telefon 23 12 65 60

 **OBOS**  
eiendomsmeglere



# Pers bil & sport

I år markerer vi to år i Oppsalstubben 3 med masse varmt tøy fra blant annet: Hestra, Ulvang og Swix.



Selv om vi nå satser mere på elsykler, sykkelverksted og sportsrelatert butikk så selger vi fortsatt biler. I 2020 er det 30 år siden den spede start med bilsalg, i 2007 ble Pers bil etablert som aksjeselskap.

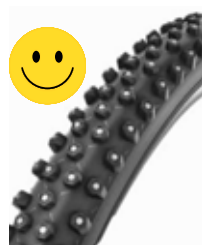


Erfaringen fra bil vil vi ta med videre, kom gjerne innom om du trenger hjelp til å selge bilen.



Vi selger også alt av deler og rekvisita til alle typer biler og har daglig levering i butikken. Bilverksted har vi ikke, men gode anbefalinger til gode samarbeidspartnere gjennom over 30 år.

**Velkommen til den lille sykkel- og bilbutikken ved Coop Prix i Oppsalstubben 3**  
Mail: [per@persbil.no](mailto:per@persbil.no) Tlf: 22164050 Besøk vår nettbutikk: [www.persbil.no](http://www.persbil.no)



Vi selger piggdekk.



Om et par uker kommer årets sykler på lager. Vi har også noen få 2020 modeller på lager. Vi har gunstig finansiering og betalingsutsettelse på inntil 9 måneder.



Vi står klare til å ta imot sykler til vår service. Om du sender mail, eller er litt tidlig ute, er det kortere ventetid.



Trenger du en el-varebil for noen timer, kan du leie en hos oss.

## DØPTE

Theo Syljuåsen Vilberg  
Alfred Francisco Belseth  
Mestre  
Magnus Hugh Knapp  
Grønning

## DØDE

Erna Enge  
Bjørng Hagen  
Fred Ihle  
Anne Lise Henriksen  
Randi Karin Liland  
Olav Johan Elisen  
Kjersti Myrvang  
Anne Marie Foss  
Roald Svendsen  
Berit Synnøve Nordby  
Margit Alma Kvamme  
Eva Eriksen  
Bjørng Målfrid Paulsen  
Birger Fritjof Melgård  
Trygve Marino Fjærn  
Gunhild Olsen  
Mabel Johansson  
Magnhild Henriette Freidher  
Allan Frantz  
Eirin Elise Hoel Schistad  
Maifrid Gylyterud  
Eva Søndberg Eason  
Odd Trygve Kristiansen

## OFRINGER I OPPSAL KIRKE

15.11	0	Menighetsarbeid
22.11	0	Menighetsarbeid
29.11	200	NLM misj.prosj.
06.12	600	Menighetsarbeid
13.12	1 000	Alpha Norge
20.12	1 200	Menighetsarbeid
24.12	17 679	Kirkens nød- hjelp/Eget arbeid
25.12	900	Menighetsarbeid
03.01	1 500	Menighetsarbeid
10.01	200	Menighetsarbeid
17.01	1 300	NLM misj.prosj.
24.01	600	Menighetsarbeid
31.01	0	Bibelselskapet

## OFRINGER I SØNDRE SKØYEN KAPELL

15.11	0	Oase
22.11	0	Menighetsarbeid
29.11	0	Menighetsarbeid
06.12	0	Acta
13.12	0	Menighetsarbeid
24.12	4 850	Menighetsarbeid
03.01	500	Menighetsarbeid
10.01	0	Menighetsarbeid
17.01	500	Menighetsarbeid
24.01	700	Søndagsskolen i Norge
31.01	200	Bibelselskapet

## *Frivillig kontingent til Naboposten*

Vi er glade for å gi ut et blad som både sier noe om det som skjer i kirkene våre. Vi vil også speile livet her i området. Vi har blant annet serien «Tilbakeblikk», hvor Leif-Dan Birkemoe omtaler historiske steder i lokalmiljøet.

Vi er heldige og har frivillige ombærere som sørger for at bladet kommer i postkassene, samt trofaste annonsører. For å dekke utgiftene ved å lage Naboposten, spør vi likevel om du har lyst å betale en frivillig kontingent for bladet? Konto: 7877 06 73983, Vipps 92020. Merk gaven «Naboposten».

## ØSTMARKS- KAPELLET

Guds ord til Guds folk i Guds natur. Alle gudstjenestene begynner søndager kl 12. Kafé åpen 11-14, stengt under gudstjenesten.

Mer info:

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



## Alphakurs: Noe for tro og tanke

Er det mer mellom himmel og jord enn det jeg ser? Er kristendommen relevant for meg? Vil du snakke om dette eller andre spennende spørsmål? Eller vil du bli litt kjent noen av oss som tilhører menigheten? Bli med på Alphakurs i Oppsal!

Vi møtes digitalt, men håper å kunne samles fysisk etter hvert i Oppsal kirke. 10 torsdager fra 4. mars kl 19.00 til 20.30 evt 21.30, med foredrag og samtale. I tillegg reiser vi bort en weekend.

Info og påmelding: Kåre Skråmestø mobil: 92426917  
mail: [ks638@kirken.no](mailto:ks638@kirken.no)

# 100 år med kiosk i Oppsalveien

Tidlig på 1900-tallet utparsellerte brukseier Anton Tschudi fra Søndre Oppsal gård, det som i dag er Motbakkene 3, tomter på ca. 5 mål i det som ble kalt «Oppsalskogen». Også i området nærmere gården ble det utskilt tomter, men her var ikke tomtene alltid like store. Det gjaldt særlig Oppsalveien 27, villa Hemnes, som står ganske uforandret, mens Oppsalveien 25, villa Sletheim, var noe større. Byggestilen er i store trekk fortsatt den samme, selv om Sletheim ble ombygget på 1950-tallet.

Det var Eleonora og Aasmund Bue med syv barn som bodde på Sletheim. Tomten til Sletheim gikk ned til Ågots vei. Da Aasmund Bue døde i 1919 ble det bygget en kiosk tidlig på 1920-tallet på tomten

nedenfor huset for å spe på med litt ekstrainntekt. Grunnlaget for kioskdirft var de ca. 600 nybyggerne som i 1920 bodde på det området brukseier Tschudi hadde utparsellert fra Søndre Oppsal. Det var før trikken kom i 1926 og før Haakon Tveters vei ble ferdig anlagt til Oppsal i 1933. Kiosken lå sentralt både for folk på vei til Bryn jernbanestasjon og for bussen i Østensjøveien.

Tidlig på 1950-tallet bygget neste generasjon i Bue-familien et nytt hus, Oppsalveien 23, på tomt utskilt fra hovedhuset. Samtidig ble det oppført et tilbygg som kiosk i front mot Oppsalveien med større plass. En klar oppgradering av kioskdirften. Som ved den gamle kiosken var det også utemøbler. Kiosken ble drevet av Synnøve Bue som var en kjent innehaver i de

rundt 30 år hun drev med ekspederingen. På slutten av 1980-tallet ble hus og kiosk solgt.

Ombygging og utvidelse ble utført av ny eier og kiosken fikk navnet Oppsal Storkiosk. I 2011 kom det igjen ny eier og kiosken skiftet navn til Tore kiosk. Formålet ble videreført som kioskhandel med bredt vareutvalg med hovedvekt på nærings- og nytelsesmidler.

Den gang kioskvirksomheten begynte var det landhandel på tre steder i Oppsalveien. På Nordre Oppsal gård i Oppsalveien 22, Rustad gård i Oppsalveien 21 (revet, nå barnehage) og på «Fjeldhøy» i Oppsalveien 17. På den opprinnelige eiendommen «Sletheim» kan vi markere at det nå har vært 100 år med kioskdirft.



I 1950 ble det oppført et bolighus i Oppsalveien 23. Inntil huset ble det bygget en kiosk. Kiosken hadde fra tidlig 1920-tall stått for seg selv ved veien drevet av familien Bue i Oppsalveien 25. For flere bilder av kiosken, se Østensjø lokalhistoriske bilder: <http://bildebaser.deichman.no/>.

# Hvordan tror du at du hadde klart deg, om du skulle leve en hel dag uten vann?

For oss er det vanskelig å forestille oss hverdagen uten tilgang på rent vann. Vi bruker vann både når vi går på do, pusser tennene, dusjer, vasker klær, vasker opp og til drikke og matlaging. Slik er det ikke for alle. 785 millioner mennesker må drikke skittent vann hver dag, fordi de ikke har tilgang på trygge vannkilder i nærheten. Noen må gå flere mil for å komme til en brønn. Dette skal årets konfirmanter i Oppsal menighet få være med på å gjøre noe med. Tirsdag 23. mars er det tid for årets fasteaksjon. Målet er å samle inn mest mulig penger til Kirkens Nødhjelps arbeid for å sikre mennesker tilgang på rent vann. Visste du at for 250 kroner kan du være med på å sikre en person tilgang på rent vann, resten av livet? Vi håper at du vil være med på å støtte årets aksjon.



*Fjorårskonfirmanterne Ayla Pettersen og Martine Holm deltok i den digitale aksjonen i fjor. I år blir det også digital aksjon hvor våre 105 konfirmanter deltar.*

**Vær med og gi rent vann til de som virkelig trenger det!**  
VIPPS/SMS VANN til 2426 (250,-)  
Eller gi på konto 1594 22 87493.  
Når aksjonsdagen nærmer

seg oppretter vi innsamling på Facebook, Spleis og andre sosiale medier og på nettsiden [www.oppsalmenighet.no](http://www.oppsalmenighet.no).

## La deg ikke skremme!

Mange vender tilbake til spesielle Bibelvers de er glad i når livet blir litt for mye. Vi skal tilbake til det gamle testamentet. Den unge Josva får litt av et oppdrag. Gud sier han skal føre folket inn i det lovede landet. Gud sier til ham: Jeg har jo sagt deg:

**«Vær modig og sterk! La deg ikke skremme, og mist ikke motet! For Herren din Gud er med deg overalt hvor du går.»**  
Det er lett å bli overveldet og urolig for tiden. Mange føler seg ensomme og litt motløse. Da kan det være fint å gripe tak i et Bibel-

vers, kanskje lære det utenat, og si det flere ganger. Dette verset kommer jeg tilbake til ofte, kanskje du er glad i det også? Du finner det i Josva 1, 9.