

# NABOposten

Nr. 4 - winter 2021 67. årgang

## Oppsal Menighetsblad



# 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](http://www.oppstalmenighet.no)

## Ansatte i Oppsal menighet



*Daglig leder: Asbjørn Kjekshus*  
M: 911 30 494  
E-post: ak663@kirken.no



*Sokneprest: Alexander Colstrup*  
M: 957 98 029  
E-post: ac953@kirken.no



*Kapellan: Nina Kristine Niestroj*  
M: 482 73 390  
E-post: nn834@kirken.no



*Vikarprest: Fredrik Ulseth*  
M: 922 41 707  
E-post: fu468@kirken.no



*Diakon: Edel Lilleeng Solberg*  
T: 408 14 241 / M: 917 08 146  
E-post: es765@kirken.no



*Trosopplærer:  
Vakaté Yama Dieudonné*  
M: 975 62 277  
E-post: vd822@kirken.no



*Menighetsarbeider:  
Ingvild Amalie Stavran Bergsjø*  
M: 988 73 381  
E-post: is777@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



**Koronaforbehold!**  
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 24.02.2022  
**Innleveringsfrist:**  
Mandag 07.02.2022

**Foto s. 1:**  
Snøkrystaller  
  
Fotograf:  
Hans Jacob Finstad

# Velsigna jul i stall og krybbe!

I løpet av annerledesjula 2020 hadde eg stor glede av å sjå korleis ulike kyrkjer i bispedømmet viste stor kreativitet med å arrangere julespel, sette opp julegater og sporløyper utafør kyrkjene og å lage store julekrybber både inne og ute. Allereie for svært lenge sidan fekk dei kristne behov for å feire det som skjedde julenatta med dramatiseringar, med bilde og med julekrybber.

Det står ingenting i forteljningane om Jesu fødsel at det var eit einaste dyr med rundt krybba. Gjetarane var dei første som kom for å ære barnet, så då var det vel naturleg å ta med sauer og lam. Men kor kjem oksen og eselet ifrå? Salmediktaren Grundtvig får oss til å synge om dei, år etter år:

*Men okse der og asen stod*

*Og asen stod,*

*Og så den Gud og Herre god.*

Grundtvigs salme «Et barn er født i Betlehem» er omsett frå ein latinsk salme frå 1300-talet. Frans av Assisi skal visstnok vere den første som laga ei julekrybbe, med levande folk og dyr. Men heller ikkje det er starten på tanken om at oksen og eselet er ved sida av krybba. Vi må heilt tilbake til profeten Jesaja, som skriv: «en okse kjenner sin eier og et esel sin herres krybbe».

Kva med å gi litt oppmerksomheit til ei julekrybbe i heimen dette året? De kan gjerne utvide dyreflokken! Naboen min fortel at barna insisterer på at poke-monfigurane og dinosauren også skal være der. Ja, kvifor kan ikkje poke-monfiguren og pandaen og kanskje andre sjeldne dyrearter få sin plass? Slik kan også stallen hos oss både bli veldig lokal og samtidig ei påminning om heile Guds skaparverk.

Og midt i julekrybba ligg legg vi eit lite barn. Eit lite barn som med undring ser opp på gjetarane og dei tilreisande vismennene og på mangfaldet av dyr. I jula feirer vi at det vesle og sårbare Jesus-barnet er Gud som kjem til sitt eige. Gud er Skapar og heile skaparverket er ein heim for Gud. La julekrybba stå ei stund. Det er mykje å prate om og undre seg over der. Stall og krybbe, dyr og tilreisande stjerne-tydarar med gaver. Kven er dei? Det har eg lyst å utforske meir!

Og ved sida av krybba kan vi gjerne la salmeboka eller arket med «Et barn er født i Betlehem» ligge:

*Nå all vår nød og sorg er bøtt,  
vår sorg er bøtt,  
oss er i dag en Frelser født!  
Halleluja, halleluja!*

Kari Veiteberg, Oslo biskop



## Hva skjer...

### Temalunsj i Oppsal kirke (tirsdager kl. 12.00-13.30)

**14.12** Felles adventsfest med Kirkeringen. Grøtservering, kaffe og kaker. Vi synger julesanger.

**11.1** Juletefest i Oppsal kirke for voksne. God bevertning, inkludert marsipankake. Gang rundt juletreet. Julesanger.

**1.2** Per Anders Nordengen: Livsglede i livsalvoret.

**2.3** Besøk av Trond Løberg.

### Kirkeringen i Oppsal kirke (tirsdager kl.12.00-13.30)

Ta med matpakke.

**30.11**

**14.12:** Felles adventsfest med «Temalunsj». Grøt.

**11.1** Juletefest i Oppsal kirke for voksne. God bevertning. Gang rundt juletreet. Julesanger.

**15.2**

**15.3**

### Mange motbakker?

Kirken vil gjerne støtte deg når livet er vanskelig. Vi tilbyr samtaler, sorggrupper og grupper for deg som gjennomgår samlivsbrudd. Ta gjerne kontakt: Enten til diakonen, telefon 408 14 241, eller på epost [post.oppсал.oslo@kirken.no](mailto:post.oppсал.oslo@kirken.no).

### Formiddagstreff i Søndre Skøyen kapell (onsdager kl. 12.00-14.00)

**16.2** Liv Gregersen Kongsten: Et liv i den gode matens tjeneste. Liv er husstellærer, har jobbet i Mills og i fjernsynskjøkkenet sammen med Ingrid Espelid Hovig. (Hun var den som hadde «juksa litt».)

### Juletefest for små og store i Oppsal kirke 4.1 kl. 17.00

Julesanger, pølser, kaker, brus og kaffe. Leker og konkurranser. Godteposer til barna. Se s. 10.

### Julegrantenning på Nordre Skøyen hovedgård

**1. søndag i advent, 28.11**, tennes julegrana på hovedgården. Kl. 14 åpner stort julemarked og salg av julemat inne på gården. Ute på tunet serveres det gløgg og pepperkaker og julenissen deler ut poser til barna kl. 16.00. Østensjø Janitsjars nisseorkester spiller før julegrana tennes kl. 17.00. Vi håper at riktig mange av beboerne i nabolaget møter opp i år også, velkommen! Arrangementet er et samarbeid mellom Bryn Vel, Lions Club Oslo/ Bryn og Foreningen for Nordre Skøyen hovedgård.



### Lørdagstreff for mennesker med utviklingshemming

**4.12 kl. 12.00** i Bøler kirke

**29.1 kl. 12.00** i Manglerud kirke



# 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



**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!*

## MANGLERUD ADVOKATKONTOR

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

**Advokat Gorm Are Grammelvedt m.n.a.**

- Fremtidsfullmakter • Testamenter/arveoppgjør
  - Samboeravtaler/ektepakter • Barnevern
  - Separasjon/skilsmiss/barnfordeling
- Arbeidsrett • Trygdesaker • Rett til helsehjelp
  - Pasientskader/erstatningsrett
- Kjøp/salg av fast eiendom/generasjonsskifte

**Manglerud Senter - Plogveien 6 - kontor i 2. etg**

**Timebestilling tlf.: 21 37 71 77**

**E-post: kpaulsrud@kindemco.no/gag@kindemco.no**

## 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

*Utleiealternativene 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@oppalsamfunnshus.no

# Vi synger julen inn «De ni lesninger»

## 19.12 kl 11, 4. søndag i advent

«De ni lesninger» er en gudstjenesteordning som har vokst frem i den anglikanske kirke i England. Tradisjonelt holdes den sent på kvelden julaften. Historien i Det gamle Testamentet om menneskets fall, løftet om Messias og hvordan Jesus ble født fortelles gjennom korte bibeltekster i vekselvirkning med julesanger til temaet. Ideen kom fra en biskop i Edinburgh som ønsket å holde mennene unna puben på julaften. Ordningen ble

første gang brukt i 1918 ved Kings's College. Gudstjenesten kom til Norge via KFUK/M med lansering av lysmesse-  
ne.



## NYHET: Tweensklubb

Nytt tilbud for deg som går i 5.- 8. klasse: Tweensklubb i lillesalen i Oppsal kirke! Snakk-omtro, toast og kakao, leker og konkurranser. Datoer for våren: 9. jan., 6. feb., 6. mars, 3. apr., 1. mai og 12. juni.

Tradisjonen tro inviterer  
Bryn KFUK-KFUM-speidere til

## Julemesse på Breidablikk



Dørene åpnes lørdag 4. desember klokka 10.00.  
Vi avslutter klokka 17.00, etter trekningen klokka  
16.00 av de flotte gevinstene fra årets loddsalg.

Vi lover god stemning med kafé, åresalg, tombola og mulighet for å få kjøpt hjemmelaget julegodt, julekaker, honning, pynt, håndarbeid, julekort og mye mer.

Allinntekt går til drift av speiderhuset.



Vi ønsker deg velkommen til  
Breidablikk, Høyenhallveien 3!

## Julekonsert

Oppsal skoles musikkorps

15. desember kl. 18.00 i Oppsal kirke  
Dørene åpnes kl. 17.30

### BILLETTER

Kr 50,- for voksne  
(gratis under 18 år)

Dirigent: Martin Bjørnland

Enkel servering av pepperkaker og klementiner



# Julekonserter

**4.12** Julestemning med Oppsal skoles kor med klassisk repertoar i Oppsal kirke kl. 16. Dørene åpner 15.30.



Juniorkoret på bildet vil opptre sammen med Aspirant- og Hovedkor. Bildet tatt av styret. Inngangspris kr 50.-. Barn under skolealder gratis. Det blir kafé med kaker, pølser og drikke.

**15.12** Oppsal skoles musikkorps har julekonsert i Oppsal kirke. Konsertstart kl.18 og vi garanterer julestemning!

Dirigent: Martin Bjørnland  
Inngang kr.50 for alle over 18 år  
Det blir servert pepperkaker og klementiner.

**22.12 kl. 19.00:**

## Pusterom i julestria

Vi har samlet musikk som inspirerer til ettertanke, hvor håp og tro om gode veivalg i livet står sentralt. Musikken er inspirert av både norsk og irsk folkemusikk, salmetoner, svenske og norske julesanger samt nyere norsk musikk med røtter i visetradisjonen.

Vårt håp er at disse julemelodiene skal smyge seg varsomt inn i øret og sende deg ut i desemberkvelden med fornyet ro. Vel møtt.

De som deltar:

Erik Solfeld (mandolin, mandola, gitar, sang), Ingjerd Solfeld (bass og sang), Helge Solfeld (munnsspill, gitar), Henrik Mosnes (tangenter), Jenny Lorange (fiolin, sang og perkusjon) og Audun Brekke Skringdo (fløyter, tangenter, gitar, melodica, perkusjon og sang)  
Billetter ved inngangen.



**Velkommen til kirketeater**  
**i Oppsal kirke lørdag 12. 02. 22**  
**Kl. 14:30**  
**Kirke**  
**røttene**  
og Lea Mus  
Inngang: gratis

Tema:  
Sauen som ble borte - og funnet igjen

## 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 vinter 2021/2022. Følg med på kirkens nettsider for oppdatert informasjon om hvilke konsekvenser smittevernberedskapen til enhver tid har for gjennomføring av gudstjenester.

### Søndag 28. november

1. søndag i advent  
Jes 12,1–6  
Åp 3,19–22  
Matt 21,10–17

Barnas gudstj./Lys våken (\*)  
Prest: Nina K. Niestroj  
Vakote Yama  
Preken v/Hans Chr. Bergsjø  
**Kl 18** Kveldsgudstjeneste  
Prest: Alexander Colstrup  
Predikant: Simeon Ottosen  
Ofr: Eget arbeid

Lekmannsgudstjeneste (\*)  
v/ Eivind Osnes  
Ofr: Kirkens Bymisjon

### Søndag 5. desember

2. søndag i advent  
Jes 12,1–6  
Åp 3,19–22  
Matt 21,10–17

Gudstjeneste m/nattverd  
Prest: Fredrik Ulseth  
Ofr: NKSS - Lagsbevegelsen  
Søndagsskole



Gudstjeneste m/nattverd  
Prest: Svein Granerud  
Ofr: Eget arbeid



### Søndag 12. desember

3. søndag i advent  
Jes 2,1–5  
Hebr 10,35–39  
Joh 16,21–24

Gudstjeneste m/nattverd  
Prest: Alexander Colstrup  
Ofr: Eget arbeid



Gudstjeneste m/nattverd  
Prest: Fredrik Ulseth  
Ofr: Eget arbeid



### Søndag 19. desember

4. søndag i advent  
Mal 4,4–6  
2 Pet 1,19–21  
Joh 5,31–36

Gudstjeneste m/nattverd  
Vi synger julen inn  
«De ni lesninger» Se s. 6.  
Prest: Nina K. Niestroj  
Ofr: Eget arbeid  
Søndagsskole



Gudstjeneste m/nattverd  
Prest: Alexander Colstrup  
Ofr: Eget arbeid



### Fredag 24. desember

Julaften  
Jes 9,1a.2.6-7  
1 Joh 1,1-4  
Luk 2,1-20

**13.45 + 15.00 + 16.15**  
Prest: Nina K. Niestroj

**14.30 + 16.00**  
Prest: Alexander Colstrup  
Kl 14.30 Østensjø skoles musikkorps deltar.

### Tirsdag 25. desember

















Juledag  
Ordsp 8,1-2.22-31  
Hebr 1,1-6  
Joh 1,1-14

Høytidsgudstjeneste  
**kl. 11.00**  
Prest: Fredrik Ulseth  
Ofring: Eget arbeid

Felles gudstjeneste i Oppsal kirke



## stjenestelistene, og på side 10 oversikt over det som skjer for barna.

<b>Søndag 26. desember</b> Stefanusdag / 2. juledag Klag 3,52–57 Fil 1,27–30 Joh 16,1–4a	Gudstjeneste i Manglerud kirke	Gudstjeneste i Manglerud kirke
<b>Fredag 31. desember</b> Nyttårsaften Klag 3,22–26 1 Joh 1,5–7 Matt 11,25–30	<b>23.15</b> Midnattsmesse Prest: Aleksander Colstrup	Felles gudstjeneste i Oppsal kirke <b>kl 23.15</b>
<b>Lørdag 1. januar</b> Nyttårsdag / Jesu navnedag	Prostigudstjeneste Lambertseter kirke	Prostigudstjeneste Lambertseter kirke
<b>Søndag 2. januar</b> Kristi åpenbaringsdag	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Nina K. Niestroj Of: Østmarkkapellet 	Felles gudstjeneste i Oppsal kirke
<b>Søndag 9. januar</b> 2. s. i åpenbaringstiden	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Fredrik Ulseth Of: Eget arbeid Søndagsskole  	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Kåre Skråmestø Of: Eget arbeid 
<b>Søndag 16. januar</b> 3. s. i åpenbaringstiden	Gudstj. for små og store Prest: Nina K. Niestroj Of: Eget arbeid	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Fredrik Ulseth Of: Eget arbeid 
<b>Søndag 23. januar</b> 4. s. i åpenbaringstiden	Misjonsudstjeneste m/nattverd. Prest: Nina K. Niestroj Of: NLM – menighetens misjonsprosjekt Søndagsskole  	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Alexander Colstrup Of: Eget arbeid 
<b>Søndag 30. januar</b> 5. s. i åpenbaringstiden	Kl 18 Kveldsgudstjeneste (*) m/presentasjon av konfirmanter Prest: Alexander Colstrup Ingvild Amalie S Bergsjø Of: Eget arbeid	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Svein Granerud Of: Normisjon 
<b>Søndag 6. februar</b> 6. s. i åpenbaringstiden	Gudstj. for små og store Prest: Nina K. Niestroj Of: Eget arbeid	Gudstjeneste m/nattverd (*) Eivind Osnes Of: Eget arbeid 
<b>Søndag 13. februar</b> Sámannssøndag (Bibeldagen)	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Alexander Colstrup Stein Mydske Of: Bibelselskapet Søndagsskole  	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Fredrik Ulseth Of: Bibelselskapet 
<b>Søndag 20. februar</b> Kristi forklaringsdag	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Nina K. Niestroj Of: Eget arbeid 	Felles gudstjeneste i Oppsal kirke
<b>Søndag 27. februar</b> Fastelavnssøndag	Kl 18 Kveldsgudstjeneste (*) m/nattverd Prest: Alexander Colstrup Of: Eget arbeid 	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Fredrik Ulseth Of: Eget arbeid 

# BARNAS AKTIVITETSTILBUD



**Annenhver tirsdag i oddetallsuker**  
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



TWEENSKOR

**Vi møtes annenhver tirsdag**  
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.



DÅP

Påmelding til dåp: Ta kontakt med Kirketorget, Akersbakken 32, 0172 Oslo

Telefon: 23629009

E-post: [kirketorget.oslo@kirken.no](mailto:kirketorget.oslo@kirken.no)

Det er også mulig å melde seg på [minkirkeside.no/oslo](http://minkirkeside.no/oslo).



Juletefest

Juletefest for store og små i Oppsal kirke tirsdag 4. januar kl. 17.00.

Julesanger, pølser, kaker, brus og kaffe. Leker og konkurranser. Godteposer til barna.



Hver torsdag kl. 12.00-14.00  
(unntatt skoleferier)

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

Tilbudet er åpent og uten påmelding.

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



Juleverksted

Mandag 22. november og tirsdag 7. desember kl. 17.00 i menighetssalen. Pynting av kirka til jul. Servering av vaffer, pølser, kaker, kaffe og gløgg. Vi skal også synge julesanger sammen med Oppsang i kirken.

## LYS VÅKEN

I OPPSAL KIRKE  
27.-28. NOVEMBER

OVERNATTING I KIRKA  
FOR ALLE I 5.-7. KLASSE

PÅMELDINGSFRIST TIRSDAG 23.11.

Email til: [vd822@kirken.no](mailto:vd822@kirken.no)  
eller SMS til 97562277

## Tweensklubb



Dersom du går i 5. -8. klasse kan du være med i Tweens-klubben som holder til i lillesalen i Oppsal kirke.

Det vil være snakk-om-tro, toast og kakao, leker og konkurranser. Datoene for våren er: 9. januar, 6. februar, 6. mars, 3. april, 1. mai, 12. juni



Barnas gudstjeneste

Velkommen til søndagsskolen og barnas guds-tjeneste i Oppsal kirke. Følg med på gudstjeneste-planen i Naboposten eller sjekk gudstjeneste-program på [www.oppsalmenighet.no](http://www.oppsalmenighet.no).

**Søndagsskole:** 21. november, 5. desember, 19. desember, 9. januar, 23. januar, 13. februar  
**Barnas gudstjeneste:** 28. november, 16. januar, 6. februar

## Naboposten for 40 år siden

Nr. 7 – 1981:  
**Organist Marit Tennfjord tar avskjed med Oppsal menighet**

Marit Tennfjord har sittet ved orgelet ved henimot 2500 gudstjenester i Oppsal kirke, i tillegg kommer vielser og andre spesielle arrangementer. Nå er det slutt, nå går organisten av. Marit Tennfjord er blitt noe helt eget i Oppsal kirke, en krumtapp i så mangt, en

gledesspreder og leder i mer enn en betydning. Marit har vært organist i Oppsal kirke siden 1962.

## Naboposten for 20 år siden

Nr. 7 – 2001:  
**Julehilsen fra biskop Stålsett**

Det som var oppsiktsvekkende den gang er like radikalt i dag. Gud møter oss i et barns skikkelse, sårbart, avhengig av andres kjærlighet. Jesus Kristus har gitt Gud et ansikt i denne verden. Og han har gitt oss en ny måte å møte andres ansikt på. Det er i det svake vi

finner styrke midt i vår sårbarhet. Gud selv er en sårbar Gud.



**FOKUSFOTEN**

Autoriserte Foterapeuter på  
Skøyenåsen Senter, velkommen!

463 10 213

Fokusfoten.no

**MATSPECIALEN**  
ETBL. 1961  
60 år!

Vær tidlig ute med julens bestillinger!

23 03 95 00  
matspecialen.no

# Siden sist

24. oktober takket menigheten Kåre Skråmestø som har blitt pensjo-



nist etter 30 års tjeneste her. Samme dag feira vi 60årsjubileum for Oppsal kirke. Barn, unge og voksne deltok i festen som begynte med gudstjeneste. Det var taler, kyllingsuppe og kaker, og god stemning! Prost Sigmund Akselsen representerte seg selv og biskopen,



og minte om at med sine 60 år er Oppsal menighet fortsatt ung og vital! Det var fint å kunne møtes igjen etter ei tid med mange restriksjoner. Takk til

diakoniutvalg, menighetsråd og andre som sto på for at det kunne bli så trivelig!

På en fredagslunsj i november feira vi Trygve Hansen, som ble hun-



dre år. Det var fint pynta i menighetssalen, og jubilanten fikk mange hyggelige og velfortjen-



te hilsner fra daglig leder, tidligere sokneprest Kåre og mange andre gode venner. Fra en annen fredagslunsj ser vi også «husbandet»



som består av Asbjørn Riise og Vakote Yama på trommer.

Allehelgensdag ble som vanlig alle i sorg invitert til en spesiell kveld i kirka. På minnegudstjenesten ble over nitti navn på de som



har gått bort det siste året lest opp. Alle kunne tenne lys for de som de savner. Organist Sølvi Ådna Holmstrøm hadde samlet en fin kvartett som spilte musikk med forskjellig uttrykk. Men alt handlet om kjærlighet, savn og det håpet troen gir oss.

Foto av Trygve Hansen: Gunvor Holstad.  
Foto av kake: Tanja



# Alphakurs

Har du lyst å finne ut mer om den kristne tro? Også våren 2022 holder vi Alphakurs i Oppsal kirke. Det er for deg som er opp-tatt av spørsmål som: Meningen med det hele, Guds eksistens, om døden og hvem er Jesus? Kunne du tenke deg å snakke med andre i hyggelige



omgivelser, med et godt måltid, fellesskap og humor? Da er kanskje Alphakurs noe for deg.

Info og påmelding: Nina K. Niestroj, mobil 482 73 390. Kurset går over 10 torsdagskvelder, med en weekend midt i (4.-6. mars). Kom gjerne på uforpliktende «Alphamiddag» 20. januar kl. 19.00 for å få høre mer.

## OFRINGER I OPPSAL KIRKE

01.08	3 264	Menighetsarbeid
08.08	3 300	Menighetsarbeid
15.08	6 455	Menighetsarbeid
22.08	3 483	Menighetsarbeid
05.09	2 801	Menighetsarbeid
11.09	23 570	Konf/ungd. arb.
12.09	11 592	Konf/ungd. arb.
18.09	10 992	Konf/ungd. arb.
19.09	2 743	Menighetsarbeid
26.09	3 230	YoungLife
03.10	3 960	Kirkens Bymisjon
10.10	6 390	Menighetsarbeid
17.10	6 046	NLM misj.prosj.
24.10	9 900	TV-aksjonen

## OFRINGER I SØNDRE SKØYEN KAPELL

22.08	2 150	Menighetsarbeid
05.09	1 750	Menighetsarbeid
19.09	2 200	Fransiskushjelp.
03.10	3 650	Acta
10.10	1 660	Menighetsarbeid
17.10	1 800	NLM misj.prosj.

## Har du lyst å gi en julegave til Naboposten?

Bladet du holder i hånda kommer fire ganger i året. Det rommer informasjon om hva som skjer i kirken og i kapellet. Og lokalhistorie og fokus på positive tiltak i nærmiljøet. Naboposten er inne i sin 67. årgang! Hvis du

har lyst å gi en gave for å dekke utgifter til trykking, kan du enten vippse til 92020 (gaver til Oppsal menighet), eller bruke gavekonto 1506.24.57926. Merk gjerne gaven med «Naboposten.» Tusen takk!!!



## Ikke alle barn gleder seg til jul

Gi støtte, trygghet og håp til familier som har det tøft.

Send SMS BK JUL til 2210 (200 kr) eller  
VIPPS valgfritt beløp til 13130



## DØPTE

Emily Sirén Johansen  
Ella Malene Knai  
Ylva Rosenkilde Tansem  
Olava Henriksen Susort  
Daniel Deressa Vaagland  
Ellie Ihlen Holberg Tangen  
Filippa Saksberg Marriott  
Dante Zetterman-Saunes  
Leah Girum  
Marta Fernanda Busk  
Amelia Simonsen Renden  
Theo Arntsen Fossbakken  
Tomine Homdrom Borg  
Ellen Kavli Lundar  
Elias Baier Renden  
Sofia Krog  
Sebastian Asensi-Petersson  
Emma Asensi-Petersson  
Emilie Sjørgård-Skogseide  
Filip Lund Thommesen  
Edward Houmb  
Aksel Indrebø Nordby  
Vilde Nordhagen Braathen  
Thea Bestle-Pettersen  
Maja Leiren-Soleim  
Max Kristiansen Andersen  
Nora Elvenes  
Andrea Bergh  
August Holger Heide  
Ankerstad  
Elsa Skjerven-Amlien  
Filip Amanuel Olimstad  
Braathu  
Emma Angelica Nygaard  
Nora Ingridsdotter Bareksten  
Isak Bjørvik Johnsen  
Ludvik Dalane-Hval  
Tobias Granum Tønnesen  
Jonas Larsen Gulløy  
Kaia Sjølie Jørgensen  
Elvin Andreassen Sandberg  
Leah Olafsen  
Kasper Berge Kjærsgaard  
Alfred Magnus Mygland  
Edvard Mølgaard Åspunvik  
Didrik Tronrud Wold  
Alva Berg-Telebond  
Henrik Stabell  
Trym Risvik Johnsen  
Magnus Olai Madssen  
Cramer  
Maja Drevvatne  
Franz Kvåle Caspersen  
Brage Iversen Krogstad  
Ea Fure Erichsen  
Amalie Wiborg Seyfarth  
Oscar Nordal Håkenstad  
Tuva Kaur Jørdrø

Mathilde Mellum-Lindelién  
Otelius Anton Karlsen  
Vittring  
Sunniva Holden

## DØDE

Erlend Knap Wiull  
Erik Kristiansen  
Hans Alf Ulriksen  
Arne Johan Nicolaysen  
Aase Braaten  
Turid Wisløff Hansen  
Arvid Johannes Berger  
Roy Berg  
Michael Nyborg  
Kristiansen  
Berit Nilsen  
Ingar Aulie  
Thomas Mevold  
Turi Bakken  
Jon Trana  
Inger Haagaas  
Liv Adrian  
Ulf Sigmunn Stør  
Niils Gunnar Mowe  
Solveig Ekra  
Espen Andreas Sjøberg  
Olav N Grave  
Nina Gillebo  
Reidun Irene Hansen  
Bjørge Targjerd Manum  
Kristiansen  
Kåre Øygarden  
Aud Ingeborg Klair  
Leif Halvor Ljødal  
Ingebjørg Thue  
Per Ove Dahl  
Helge Arnt Hoel  
Berit Molvik  
Per Erik Ruud  
Kristian Aurlund  
Ole Nordhaug  
Erik Fjeldheim  
Odd Nerlien  
Per Øyvind Søgård  
Bernt Ingjald Bernts  
Randi Nordby  
Paal Joakim Marstrander  
Turid Wilhelmsen  
Reidar Kompen  
John Alf Martinsen  
Kjell Gunnar Ellefsen  
Rigmor Dagmar Bergrav  
Marina Helgestad  
Gunnar Olsrud Andersen  
Kari Hildur Henrikka  
Lindberg Fure  
Bjørge Antzée Fagerhøy

Anna Åsegård  
Marta Lorenzen  
Torill Kristiansen

## VIGDE

Mette Mellby og  
Sverre Lindstøl Telnes  
Malin Ihlen Olaussen og  
Stian Bjerke  
Veronika Eidsaune Jessen  
og Ben Harrison-Little  
Silje Krogstad Bjørkås og  
Ole Kristian Holseth  
Charlotte Marlen Baier Jøns-  
berg og Steffen Renden  
Pia Rønning og Hieu Cao  
Cecilie Johnsen og  
Alexander Bjørvik  
Susann Myhre Størøls og  
Pål Theodor Furuset  
Lena Kristine Øvrebø og  
Kjell Ove Nordlien

## ØSTMARKS- KAPELLET

Guds ord til Guds folk i  
Guds natur. Alle guds-  
tjenestene begynner  
søndager kl 12. Kafé  
åpen 11-14, stengt un-  
der gudstjenesten.

## Talere i Østmarkkapellet høst 2021

28.11 Helga Byfuglien  
5.12 Lars Kristian Gjone  
12.12 Morten Holmqvist  
(adventgudstjeneste  
kl 16.00, fakkeltog fra  
Grønmo kl 15.00)  
Mer info:  
[www.ostmarkskapellet.no](http://www.ostmarkskapellet.no)



## Fra Gamle Aker til Oppsal kirke

Aker kirke - det som i dag er Gamle Aker kirke - var sognekirken i Aker frem til Christiania by kjøpte middelalderkirken av Aker herred i 1852. Derfor trengte Aker ny sognekirke. I 1855 ble det bygget en kirke på det som opprinnelig var en del av beitemarken for Ullevål gård. Kirken ble da sognekirke for Aker med samme navn som sognet, et navn kirken hadde fra 1855 til 1861 da kirken offisielt ble Vestre Aker kirke. I 1860 ble det bygget en kirke på Ulven gård – det som ble Østre Aker kirke – bygget året før sognet ble stiftet. Fra 1861 fikk Aker herred dermed to sogn, Vestre og Østre Aker med tilhørende sognekirker. Fra 1855 til 1861 var Østre Aker formelt et residerende kapellani. I 1865 ble Seter kapell bygget og i 1906

fikk Aker to nye sogn, Ullern og Nordstrand. Da ble Nordstrand kirke sognekirke i Nordstrand sogn. Oppsal-området ble værende i Østre Aker.

Kirketomt ble i 1922 inkludert i reguleringsplanen til Aker Byggeselskap på Godlia. Planene om et fullverdig «Egne hjem»-strøk på Godlia ble ikke fullført, bortsett fra et 20-talls to- og firemannsboliger. Heller ikke kirke ble bygget på den regulerte tomten.

Først i 1941 ble det lokalt tatt et initiativ om bygging av kirke, men da var den avsatte tomten omregulert til annet formål. Østre Aker kirke kunne med sin lite sentrale beliggenhet for dette strøk ikke tilfredsstillende behovet. En gruppe som fikk

navnet «Kirkesaken i Østensjø» ble etablert og en tomtekomitee valgt. Tomtekomiteen gikk straks i gang med å undersøke hvilke tomter som kunne komme i betraktning. Det var ikke mange å velge mellom. Komiteen besluttet å foreslå at den fremtidige kirke skulle plasseres i skogkanten i Godliaveiens forlengelse, en tomt som lå på Søndre Skøyen gårds grunn. Det ble forhandlet med gårdbruker Paul Skappel som var villig til å overlate tomten gratis, dog uten veiopparbeidelse. Valg av tomt fant sted før sammenslåingen av Oslo og Aker i 1948 og før Oslo kommune kjøpte Søndre Skøyens eiendom øst for trikkelinjen på begynnelsen av 1950-tallet.

Etter Oslo kommunes overtakelse av området ble Oppsal utskilt fra Østre Aker som egen menighet 1. januar 1959 og kirkebyggingen en offentlig oppgave. Kirketomten på Oppsal på ca. 7 mål ble vedtatt 1. juni 1954 og Oppsal kirke innviet 22. oktober 1961.



Oppsal kirke ble innviet 22. oktober 1961 med stort oppmøte av beboere fra området. Foto: Østensjø lokalhistoriske bilder, bilde-nr. B20050077. For flere bilder, se: <http://bildebaser.deichman.no/>.

# I denne søte juletid

## Deler av en livs- og troshistorie

### Intervju med Torbjørg Gravir.

Noen menneskeliv vitner om at deres liv er mer enn bare seg selv. Deres livshistorie er gjenkjenne-  
lig. Historien til Torbjørg er nettopp slik. Åttitoårin-  
gen tar meg imot med et vakkert og vitalt smil. Over kaffe og deilig hjemme-  
bakst får jeg et innblikk i hennes liv. Torbjørg ble født og vokste opp i Valdres. Faren var rektor på landbruksskolen der, mor var utdannet skolekjøk-  
kenlærerinne.

Torbjørg har alltid hatt mye kontakt med eldre, og hentet og kjørt og hjulpet til.-Men nå er mange av dem borte.

Også som liten pratet jeg gjerne med eldre, nesten som om de var jevnaldrende. Jeg var litt som enebarn siden jeg hadde brødre som var 7 og 10 år eldre.

Når hun blir spurt om det å være kristen forteller hun at hun vokste opp i det, det har vært en del av livet, og hun har aldri forlatt troen.

-Som barn hadde vi emis-særer på besøk hjemme hos oss. De var hyggelige, og så var det ekstra god mat i den tiden de bodde hos oss.

-Livet mitt som barn snudde da far ble syk, han fikk hjerneblødning, og vi måtte flytte. Det var som om verden raste sammen, men heldigvis hadde jeg

mange gode tanter og familie der.

Torbjørg kommer tilbake til dette et par ganger, at de de måtte flytte til Mag-nor, der moren var fra, i Eidskog, det var ikke så lett. Som 12-åring og med Valdresdialekt lo de alle av henne.

Hun snakker med stor glede om tiden da foreldrene etter mange år flyttet til Godlia. -Vi kom til et fantastisk sted. Etter noen år, da far døde, flyttet jeg fra Storo og inn i huset, og hjalp mor mye. Hun var svaksynt og greide seg ikke alene. Det var et fantastisk fellesskap her i området, som mitt annet hjem. Kapellet ble også bygget i denne perioden, og det var mye messer og basarer for å finansiere kapellet. Det er fortsatt et viktig og godt fellesskap for meg.

Når vi kommer inn på troen og hennes gudsbilde, fikk et år på handelsskole på Rønningen i Oslo, stor betydning.

-Jeg kom inn i et miljø preget av et lettere gudsbilde. Alt var ikke synd lenger, og det var veldig godt.

Hva betyr troen konkret for deg nå?

-Jeg slår korsets tegn over meg om kvelden, i Jesu navn. Så legger jeg meg, og da er jeg trygg. Da bekymrer jeg meg ikke lenger, ikke om det jeg ikke kan gjøre noe med.

Jeg har også lært meg til å ta en dag av gangen. Salmen Blott en dag av Lina Sandell betyr mye for meg.

Hvilke juletradisjoner tar du med deg hjemmefra? -Det var mye kaker, mer enn 7 slag. Vi spiste ribbe og pølser, og litt i forkant var det risengrynsgrøt med mandel i. I julen sang vi alltid "I denne søte juletid" som bordvers.

I denne søte juletid,  
bør vi oss rett fornøye  
og bruke all vår kunst og flid  
Guds nåde å opphøye.  
Ved ham som er i krybben  
lagt,  
vi vil av all vår sjelemakt  
i ånden oss forlyste;  
din lov skal høres, Frel-  
sermann,  
så vidt og bredt i alle land  
at jorden den skal ryste.

*Skrevet av Nina Kristine Niestroj.*

