

# NABOposten



OPPSAL MENIGHETSBLAD

NR 4 - JUL/VINTER 2024 | 70. ÅRGANG

**Hurra for  
Golia film-  
klubb!** s 4

**Bibler i krigs-  
området  
i Ukraina** s 7

**Hva skjer  
på Oppsal  
i advent og  
julen** s 8 og 12



# STABEN

i Oppsal menighet



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



Vikar – kirketjener  
**Johnny Hagen**  
M: 938 04 007  
E-post: jh879@kirken.no



Vikar – daglig leder  
**Lene Christine Mikalsen**  
E-post: lm637@kirken.no



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



Kateket  
**Miriam Fauske**  
M: 984 19 786  
E-post: mf757@kirken.no



Trosopplærer  
**Ingvild Amalie Stavran Bergsjø**  
M: 988 73 381  
E-post: is777@kirken.no



Diakon  
**Edel Lilleeng Solberg**  
T: 408 14 241  
E-post: es765@kirken.no



Kantor  
**Sølvi Ådna Holmstrøm**  
M: 924 36 770  
E-post: sh829@kirken.no



Organist i Søndre Skøyen kapell  
**Sigstein Folgerø**  
M: 990 97 972  
E-post: sigstein.folgero@nmh.no



- mennesker møtt av Jesus Kristus



### Oppsal kirke

Solbergliveien 85, 0683 Oslo  
Gaver: 1506.24.57926

### Menighetskontoret

Åpent: mandag til fredag kl 10-14  
Telefon: 23 62 99 60  
E-post: post.oppstal.oslo@kirken.no  
Skriv gjerne hvis du ønsker å få tilsendt ukentlig «helgehilsen» fra staben.  
[www.kirken.no/oppstal](http://www.kirken.no/oppstal)

### Oppsal menighetsråd

Leder: Sylvi Tennøe, telefon 986 53 635

### Søndre Skøyen kapell

Dalbakkveien 39, 0682 Oslo  
Henvendelser rettes til menighetskontoret Oppsal  
Gaver til menighetsarbeid: 1506.25.32243

### Utleie av Oppsal kirke og Søndre Skøyen kapell: Kontakt menighetskontoret

Følg oss på facebook: @oppstalmenighet

[www.kirken.no/oppstal](http://www.kirken.no/oppstal)



## NABOposten

Naboposten utgis av Oppsal menighet med fire nummer i året, og leveres ut til menighetens husstander. Opplag: 8.000 ex.

**Redaktør:** Nina Kristine Niestroj, som sammen med Johan Hindahl utgjør redaksjonen.

**Annonser:** Ta kontakt med daglig leder for priser.

**Forsidefoto:** Glassmalerier i Oppsal kirke av Victor Sparre.

**Neste nummer** utgis 28. februar 2025, og frist for forslag til stoff er 7. februar.

**Design/Layout:** Morten Ravnbo [ravnbo.com]

**Trykk:** Merkur Grafisk



Til ettertanke

# Len deg inn!

Synes du denne årstida er tung? Nyter du at det krisler og krasler i mangefarget løv under skoene dine? Eller kjenner du mest på at det krisler og krasler og gjør vondt i halsen, og en forkjølelse er på vei?

Jeg er så glad for at vi feirer jul midt på mørkeste vinteren på våre breddegrader. Jula er blankt gull, velduftende røkelse og kostbar myrra på en bakgrunn av mørkerød fløyel. Det er et mirakel lagt i høy. Det er fortumlede gjeterer som får oppleve noe ingen andre har vært med på før. Jula er ei kjempstor og klar stjerne som lyser opp for menneskene. I nesten hvert hus og leilighet rundt oss på Oppsal lyser adventsstjerner til minne om Betlehemsstjerna. Det er vakkert.

Jula er så mye, men aller mest å lene seg inn over krybba med barnet i. Lyset fra ham fyller oss som

står rundt, også vi som lever århundrer etter hans fødsel. Barnet lyser opp ansiktet og hjertet ditt hvis du lar ham gjøre det. Han kommer til deg, midt i din glede, din ensomhet og lengsel. Han møter deg der du er, og vil gi deg mening, trøst og lys over dagene gjennom den lange vinteren, julefeiringa og hele resten av livet ditt.

Navnet hans kjenner du. Han heter Kjærlighet. Han heter Veien. Han heter Fredsfyrste. Han heter Underfull rådgiver. Han heter Jesus.

Jeg ønsker deg gode vinterdager med håp og fortrøstning, og ei velsignet og glad jul!

*Vennlig hilsen!*

EDEL LILLEENG SOLBERG, DIAKON





# HURRA for Golia filmklubb!



Filmklubbens program finner du på Facebook – Golia filmklubb

**G**olia Filmklubb ble startet i 1985. Målsettingen var og er å vise kvalitetsfilmer innen ulike sjangre. Både filmentusiaster, venner, naboer og andre er velkomne. Det vises 4 filmer om høsten og 4 filmer i løpet av vinteren/våren. Filmklubben holder til i Golia kino i Damfaret 25, like ved Godlia T-banestasjon. I dette bygget har det vært drevet kino siden 1935.

– Vi prøver å sette opp et variert program, forteller Hanne Marit Furseth, som er leder i filmklubben.

– Her kan du komme og se en film du kanskje har gått glipp av på kino, eller filmer som settes opp etter ønske fra medlemmene. Det kan være både nye og gamle filmer. Tre av de fire filmene går på torsdager, og den fjerde går en fredag, der medlemmene har med mat og drikke til å dekke et felles bord. Vi spiser sammen etter filmen.

Det finnes også en barnefilmklubb, som viser filmer hver søndag kl 16.

TEKST: JOHAN HINDAHL

Vorter? Sopp? Inngrodd negl?  
Diabetes? Ønske om velvære?

Vi har kompetansen,  
velkommen!



Autoriserte Foterapeuter på  
Skøyenåsen Senter, velkommen!  
463 10 213 • Fokusfoten.no



## Samtaleterapi på Oppsal

- individuell terapi
- parterapi
- familierapi

Ta kontakt med Østmarka Hverdagsterapi:  
E-post: [stine@ostmarka-hverdagsterapi.no](mailto:stine@ostmarka-hverdagsterapi.no)  
Tlf. 97 33 84 04



# KIRKENS NØDHJELP

## TUR TIL ZAMBIA I OKTOBER 2024

Miriam Fauske, Jan Olav Nybo og 10 andre engasjerte fra menigheter rundt omkring i landet dro til Zambia for å se med egne øyne arbeidet som Kirkens Nødhjelp driver i Zambia.

De hadde en svært nyttig tur, og det var inspirerende og motiverende å se hvordan lokale partnere i samarbeid med landsbybefolkningen driver prosjekter med vannforsyning, skoler, opplæring i sosiale rettigheter etc støttet av Kirkens Nødhjelp. KN og partnere får svært mye ut av relativt små midler. Det blir ekstra meningsfylt å samle inn til dette formålet i «fasteaksjonen» i april 2025, og da er Zambia også fokusland for aksjonen.

FOTO: MIRIAM FAUSKE TEKST: JAN OLAV NYBO







Trenger du hjelp, eller vil du hjelpe? Ønsker du en møteplass å komme til, eller vil du dra i gang en aktivitet?

Oppsal Frivilligsentral ønsker å tilrettelegge for frivillig aktivitet i området vårt – her kan du få hjelp og gi hjelp!

Man kan få følge til lege, hjelp til et enkelt praktisk oppdrag hjemme, eller besøks-/turvenn.

Vi har treningsgrupper, turgruppe, strikkekafe, lesesirkel, kulturgruppe, språkkafe, leksehjelp, og datahjelp. I tillegg har vi mange kurs for barn, og nye lokaler med mange muligheter!

Vi tar gjerne imot deg som har lyst til å bli frivillig. Oppsal Frivilligsentral er en møteplass for nabolaget, og du som blir frivillig kan foreslå nye aktiviteter som du kan være med på å sette i gang.

Oppsal Frivilligsentral har nye lokaler i etasjen over biblioteket i Oppsal Samfunnshus. Vi har åpent hverdager mellom 10 og 15, og oppfordrer til å ta kontakt først, om du vil avtale et møte. Ring på 22758484 eller send en e-post til [silje.farner-calvert@bos.oslo.kommune.no](mailto:silje.farner-calvert@bos.oslo.kommune.no)

## Veterinær Heidi Nøstvig

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

Hellerudsvingen 5, 0684 Oslo

Tlf: 950 71 012

## MANGLERUD ADVOKATKONTOR

Advokat Kari Paulsrud m.n.a. | Advokat Gorm Are Grammeltvedt 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: [Kari@kpaulsrud.no](mailto:Kari@kpaulsrud.no) | [Gorm@grammeltvedt.no](mailto:Gorm@grammeltvedt.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

Adr: Vetlandsvn. 99/101, 0685 Oslo. Tlf: 23 12 65 40 [post@oppsalsamfunnshus.no](mailto:post@oppsalsamfunnshus.no)



# Om bibler i krigsområdet i Ukraina



**K**rigen i Ukraina har pågått i over 2 år, og i denne perioden har etterspørselen etter bibler økt enormt! For Bibelselskapets misjonsarbeid Bibelgaven, er dette helt normalt:

– Når livet blir vanskelig i et land så øker alltid etterspørselen etter bibler og ny-testamenter, det forteller Ann-Catherine Kvistad, innsamlingsleder i Bibelgaven, før hun fortsetter:

– I Ukraina begynte vekkelsen ikke så lenge etter at krigen startet, og med vekkelse følger behovet for bibler. Sykdom, krig og naturkatastrofer fører alltid til at mennesker søker håp, trøst og kjærlighet i Guds ord. Heldigvis har Oppsal Menighet valgt å inngå misjonsavtale med Bibelselskapet, og pengene skal gå til bibelarbeidet som drives av Bibelselskapet i Ukraina, noe vi er meget takknemlig for, sier hun.

### FAKTA:

Oppsal menighet har inngått avtale med Bibelselskapet Norge, om å støtte Bibelselskapet i Ukraina med forbønn og kr 30 000,- hvert år. Foreløpig, bare i år, har vi samlet inn, og sendt over kr 46 000,-. Bibelselskapet i Ukraina jobber for fullt med både bibeldistribusjon og traumebehandling.

### Julaftens lesetekst

Jesaja 9.2 og 6-7

Fra nettsidene til Bibelselskapet; Bibel.no

Det folket som vandrer i mørket, ser et stort lys.

Over dem som bor i dødsskyggens land, stråler lyset fram.

For et barn er oss født, en sønn er oss gitt.

Herreveldet er lagt på hans skulder.

Han har fått navnet Underfull rådgiver, Veldig Gud, Evig far, Fredsfyrste.

Så skal herreveldet være stort og freden uten ende over Davids trone og hans kongerike.

Han skal gjøre det fast og holde det oppe ved rett og rettferdighet fra nå og for alltid.

# GUDSTJENESTER

## VINTEREN 2024/ 2025

(Med forbehold om endringer. Hvis ikke navn på prest står angitt for Oppsal kirke, er det en av menighetens to prester.)

DAG OG BIBELTEKST	OPPSAL KIRKE	SØNDRE SKØYEN KAPELL
<b>Søndag 17. november</b> 25. søndag i treenighetstiden Joh 9,1-7.35b-38	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Endre Olav Osnes. Søndagsskole. Offer: Eget arbeid	Gudstjeneste (*) Vitalkirken
<b>Søndag 24. november</b> 26. søndag i treenighetstiden	Kl 18 Kveldsgudstjeneste (*) Offer: Eget arbeid	Gudstjeneste m/nattverd (*) Prest: Daniel Tonheim Offer: Eget arbeid
<b>Søndag 1. desember</b> 1. søndag i advent Matt 21,10-17	Gudstjeneste for små og store (*) Lys Våken Offer: Eget arbeid	Gudstjeneste (*) Vitalkirken
<b>Søndag 8. desember</b> 2. søndag i advent Joh 16,21-24	Gudstjeneste m/nattverd Søndagsskole Offer: Alpha Norge	Gudstjeneste m/nattverd (*) Prest: Svein Granerud Offer: Normisjon
<b>Søndag 15. desember</b> 3. søndag i advent Joh 5,31-36	Gudstjeneste m/nattverd (*) Vi synger julen inn. «De ni lesninger» Offer: Eget arbeid	Gudstjeneste (*) Vitalkirken
<b>Søndag 22. desember</b> 4. søndag i advent Matt 1,18-25	Gudstjeneste m/nattverd Offer: Eget arbeid	Gudstjeneste m/nattverd (*) Prest: Kåre Skråmestø Offer: Eget arbeid
<b>Tirsdag 24. desember</b> Julaften Luk 2,1-20	14.00 og 15.30 (*) Offer: Eget arbeid/Kirkens Nødhjelp	14.30 og 16.00 (*) Prest: Sigmund Akselsen Offer: Eget arbeid/Kirkens Nødhjelp
<b>Onsdag 25. desember</b> Juledag Joh 1,1-14	Høytidsgudstjeneste kl 11.00 Offer: Eget arbeid	FELLES GUDSTJENESTE i Oppsal kirke
<b>Torsdag 26. desember</b> Stefanusdag / 2. juledag Joh 16,1-4	FELLES GUDSTJENESTE kl 11.00 i Manglerud kirke	FELLES GUDSTJENESTE i Manglerud kirke
<b>Tirsdag 31. desember</b> Nyttårsaften Matt 11,25-30	23.15 Takke- og bønnegudstjeneste (Kom selvfølgelig også om du ikke er med på festen – se side 11!)	FELLES GUDSTJENESTE i Oppsal kirke

### Gudstjenesten søndag 15. desember kl 11.00

«De ni lesninger» er en gudstjenesteordning som har vokst fram i den anglikanske kirke i England. Tradisjonelt holdes den sent på kvelden julaften. Det går om historien om menneskets fall, løftet om Messias og hvordan Jesus ble født, som fortelles gjennom korte bibeltekster i vekselvirkning med julesanger til temaene. Nattverd – Jesu død, til liv for oss.

### Velkommen til gudstjeneste!

Det er mulighet for dåp  
hver søndag unntatt i guds-  
tjenester merket med (\*)  
Gudstjenestene starter kl 11  
hvis ikke annet er  
oppgitt.



Følg menigheten på Facebook  
og [www.kirken.no/oppsal](http://www.kirken.no/oppsal)

DAG OG BIBELTEKST	OPPSAL KIRKE	SØNDRE SKØYEN KAPELL
<b>Søndag 5. januar</b> Kristi åpenbaringsdag Joh 12,42-47	Gudstjeneste m/nattverd Offer: Eget arbeid	Gudstjeneste med nattverd Liturg og predikant er Kåre Skråmestø Offer: Eget arbeid
<b>Søndag 12. januar</b> 2. søndag i åpenbaringstiden Joh 1,29-34	Gudstjeneste m/nattverd Offer: Østmarkskapellet	Gudstjeneste (*) Vitalkirken
<b>Søndag 19. januar</b> 3. søndag i åpenbaringstiden Joh 1,15-18	Gudstjeneste for små og store (*) Offer: Eget arbeid	Gudstjeneste med nattverd. Liturg og predikant er Eivind Osnes. Offer: Eget arbeid
<b>Søndag 26. januar</b> 4. søndag i åpenbaringstiden Luk 13,10-17	Kl 18 Kveldsgudstjeneste (*) Offer: Eget arbeid	Gudstjeneste (*) Vita lirken
<b>Søndag 2. februar</b> 5. søndag i åpenbaringstiden Joh 5,1-15	Misjons gudstjeneste Offer: Bibelselskapet	Gudstjeneste med nattverd. Liturg og predikant er Svein Granerud. Offer: Normisjon.
<b>Søndag 9. februar</b> 6. søndag i åpenbaringstiden Mark 13,21-27	Gudstjeneste m/presentasjon av konfirmanter Offer: Menighetens arbeid	Gudstjeneste (*) Vitalkirken
<b>Søndag 16. februar</b> Såmannsøndag Matt 13,24-30	Gudstjeneste m/nattverd Offer: Bibelselskapet	Gudstjeneste med nattverd Liturg og predikant er Kåre Skråmestø
<b>Søndag 23. februar</b> Kristi forklarelsesdag Luk 9,28-36	Kl 18 Kveldsgudstjeneste (*) m/nattverd	Gudstjeneste (*) Vitalkirken
<b>Søndag 2. mars</b> Fastelavnssøndag Luk 18,31-34	Gudstjeneste m/nattverd	Gudstjeneste med nattverd (*) Liturg og predikant er Eivind Osnes

### Søndagsskolen:

I gudstjenester som også  
har Søndagsskole (se på den  
enkelte dato), er det grupper  
for barnehagebarn og skolebarn. Det  
starter litt uti gudstjenesten, gjerne etter  
dåpen.

Vi bruker opplegg fra Sprell levende –  
Søndagsskolen Norge. Velkommen!



### Østmarkskapellet

Sportsgudstjenester søndager kl 12.00  
Organist hvis ikke annet står: Jan Ørnulf Melbostad

Kafé åpen kl 11-14, men stengt under gudstjenesten.

17. november Gunnar Kagge  
24. november Kjell Nordstokke  
Organist: Ørjan Apeland  
1. desember Karl Olav Sandnes  
8. desember Morten Holmqvist

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





# ØVRIG PROGRAM



Følg menigheten på Facebook  
og [www.kirken.no/oppstal](http://www.kirken.no/oppstal)

## FOR BARN & FAMILIER:

### Supertirsdag

Kom til dekket middagsbord og spis i fellesskap med andre familier/enestående. Kl 17-18.30, annenhver tirsdag.

**Datoer:** 19. nov., 3. des., 14. jan., 28. jan., 11. feb., 25. feb., 11. mars, 25. mars og 8. april

### Søndagsskole

Alderstilpasset tilbud for barn, litt uti gudstjenestene, dvs fra ca kl 11.15 (etter dåp). 17. nov. og 8. des. Datoer for våren – se nettsidene.



### Babysang

Ca. en halvtimes sangstund og deretter serveres lunsj (kr 50,-). For mødre/fedre/besteforeldre med babyer 0-1 år.

**Hver torsdag kl 11-13** t.o.m. 12. desember. Se nettside/ facebook-side for oppdateringer og info om oppstart for nyåret.

### Tweens

For 5.-7. klasse. Vi møtes **en søndag i måneden** i kjelleren i Oppsal kirke kl 18-20. Det er aktiviteter, toast, kakao og snakk-om-tro.

**Lys Våken** 30. nov.-1. des. Se side 11.

**Datoer for våren:** 5. januar, 2. februar, 2. mars og 6. april.

### Juletefest

**Søndag 5. januar kl 16-18.** God gammel-dags juletefest for alle aldre med lek og juletegang. Pølser, is, kaffe. Ta gjerne med julekaker.

Følg med på mer info  
– på oppslag og Facebook!

## FOR VOKSNE:

### Fredagslunsj

Ta med matpakke og få en fin start på helga! Allsang, kaffe og te. Noen ganger forteller noen noe, eller leser opp noe morsomt. Hver fredag kl 12-13 i menighetssalen, Oppsal kirke (unntatt høytidsdager).

### Kirkeringen

Et sosialt og åndelig treffpunkt der vi samler inn penger til gode formål i Oppsal kirke. Ta med matpakke! Vi serverer kaffe, te og kake. Ingrid Rød Jensen leder.

Følgende tirsdager kl 12-13.30: **26. nov., 17. des.:** adventsfest (felles med temalunsj), **7. jan:** Juletefest med julegrøt, **18. feb., 18. mars, 29. april og 27. mai**

### Temalunsj i Oppsal kirke

God bevertning, interessant foredragsholder og god tid til å slå av en prat med gamle eller nye kjente. Kom gjerne alene, eller inviter noen du kjenner!

Følgende tirsdager kl 12-13.30:

**12. nov.:** Preben Colstrup: Settepoteter, hvalfangst og krigshistorie. Maleriestilling, mulighet for kjøp av bøker og malerier

**17. des.:** Adventsfest sammen med Kirkeringen

**7. januar:** Juletefest med julegrøt

**4. feb., 4. mars, 4. april og 13. mai**

### Formiddagstreff i Søndre Skøyen kapell

Følgende onsdager kl 12- 13.30:

**20. nov.:** Prost Sigmund Akselsen: Erfaring av stillhet

**22. januar, 19. februar, 19. mars og 23. april**

### Lørdagstreff

For alle i bydel Østensjø, og spesielt tilrettelagt for mennesker med nedsatt funksjonsevne. Treffene veksler mellom å være i de tre kirkene i bydelen og består av en enkel samling i kirkerommet med fin musikk og lystenning. Så er det kafé med god mat og drikke. Og ikke minst: BINGO!

Følgende lørdager kl 12- 13.30:

**30. nov.:** Manglerud kirke

## Nyttårsfest 31. des. 2024

Velkommen til nyttårsfest i menighetssalen! Vi begynner kl 19, vi ser kongens tale, det blir middag med dessert, kaffe og kaker. Og går inn til midnatts-messe kl 23.15. Pris for festen: Kr 430,- Påmelding innen 15. desember- [post.oppstal.oslo@kirken.no](mailto:post.oppstal.oslo@kirken.no)

## Lunsj for etterlatte

Mandag 2. desember kl 12-13.30



## Alpha på Oppsal Vinter/vår 2025 i Oppsal kirke

I en urolig verden blir gjerne de eksistensielle spørsmålene også mer presserende. Fins det mening med livet? Eksisterer en god Gud? Hvorfor kan ting virke håpløst?

På Alpha-kurs i Oppsal kirke legger vi til rette for gode samtaler rundt slike spørsmål. En Alpha-kurs-kveld består av felles måltid, undervisning og samtaler der du kan utforske meningen med livet og troen på Gud, sammen med andre.

**Alpha starter torsdag 23. januar 2025 kl 19-21.30** med uforpliktende info og gratis middag, og fortsetter 10 torsdager for den som vil, frem til påske.

**Info og påmelding** online eller epost til [kaarskra@online.no](mailto:kaarskra@online.no) eller [post.oppstal.oslo@kirken.no](mailto:post.oppstal.oslo@kirken.no)



## FOR UNGDOM:

### Hangouts og Credo

Det er jevnlige Hangouts og Credo (bibel-gruppe). Ta kontakt med Miriam Fauske (kontaktinfo side 2) om du ønsker informasjon rundt dette.

### Konfirmasjons-undervisning 2025

starter med presentasjonsgudstjeneste 9. februar.

## LYS VÅKEN

**Hva?** Overnatting i Oppsal kirke  
**Når?** 30. november-1. desember  
**For hvem?** 5.-7.klassinger

Vil du være med på noe spennende? Første helga i advent skal vi ha overnatting i kirka! Det blir aktiviteter, lek, god mat, godteri og du vil få mer kjennskap kristen tro og hva adventstiden handler om. Mange kirker rundt om i landet har denne tradisjonen akkurat denne helga.

# HVA SKJER ADVENT OG JUL

## Julemarked på Oppsal treffsenter

Kom til julemarkedet på treffsenteret, mye håndlagete fine ting. **18. november til 13. desember**, alle hverdager kl 10–14. Lotteri i samme periode.



## Juleverksted på Supertirsdag

**19. november og 3. desember**

Velkommen både barn og voksne, som vil spise sammen og lage noe til jul.

## Julegrantenning på Nordre Skøyen Hovedgård 1. desember

Julegrana tennes kl 16.00, Nordre Skøyen Hovedgårds Promenade-orkester spiller julesanger og det deles ut gløgg og pepperkaker. Så fort julegrana er tent kommer julenissen og deler ut poser til barna. Inne på hovedgården er det julemarked fra kl 14.00 til 18.00. Vel møtt!

## Julemesse hos Bryn-speiderne på Breidablikk

**Lørdag 7. desember** ønsker Bryn-speiderne velkommen til sin tradisjonsrike Julemesse i speiderhuset "Breidablikk" i Høyenhallveien 3.

Det blir salgsbord med store og små produkter, åresalg, trekning av loddpremier, kafé og ulike speideraktiviteter for barna. Kl 10.00–16.00. Alle inntektene går til driften av speiderhuset. Vi ønsker nye og gamle venner velkommen til noen stemningsfulle førjuls-timer!

Kontaktperson: Bente Gundelsby (952 00 620)  
[www.facebook.com/bryn1kmspeider](http://www.facebook.com/bryn1kmspeider)

## JULEKONSERT I SØNDRE SKØYEN KAPELL

### SYMFONATE

Duo Folgerø: Narin M Folgerø, fiolin og Sigstein Folgerø, klaver.

«Opplev den største musikken – i lite format!»

**Tirsdag 3. des. kl 19.00**

Fri entré – frivillig bidrag  
Kaffe og kaker i pausen

# SYMFONATE



## JULEKONSERTER I OPPSAL KIRKE

**Lions Bryn** (flere bidragsytere)  
torsdag 21. november kl 18.30.

**Østensjø demenskor**  
28. november kl 18.00.

**Oppsal skoles kor**  
12. desember kl 18.00  
Det blir salg av kaker og kaffe.



# BRUKTMARKED for kirkebenkene

Det kryr av fine loppemarkeder på Oppsal, og mange er i sving for å samle inn til lokale formål.

Lørdag 26. oktober var det bruktmarked i Oppsal kirke. Inntektene går til oppussing av kirkebenkene. – Det kom inn ca 33 000,- og det er vi fornøyde med, forteller initiativtaker Mona Ekstrøm. – Vi var mellom 10 og 15 frivillige som gjennomførte dette markedet, og stemningen var god, både blant de frivillige og blant de som kom for å kjøpe ting, kjøpe lodd eller spise kaker.

NB! Det er fortsatt behov for å samle inn mer penger til de nye kirkebenkene, alle bidrag er velkomne!

TEKST OG FOTO: JOHAN HINDAHL



Mona Ekstrøm ved bruktmarkedet

Mål:  
600.000

Til nå:  
407.000

Bruktmar-  
kedet:  
33.000

## Vielser, gravferd og dåp

For viselser og gravferder: Ring Kirketorget, tlf. 23 62 89 47.

For dåp: Gå inn på [minkirkeside.no/oslo](http://minkirkeside.no/oslo) eller kontakt prest i Oppsal.



Trenger du massasje?  
La ikke hvem som helst  
behandle deg!

## Gavekort som julepresang på massasje?

Velkommen til  
Skøyenåsen Senter  
Kiropraktorklinikken  
Muskelterapi  
936 57 562



# LIVETS GANG

Perioden 13.08- 31.10.2024



# Elsykkel til jul?

Velkommen til din lokale sykkelbutikk i Oppsal senter.

Bytt ut din gamle elsykkel du også!



**LYST TIL Å SPARE 60.000 KR PR. ÅR?**

Bytt ut bilen i elsykkel.  
Lei bil når du har behov for bil.

## PARKERE SYKKEL?

Hos Pers sport kan du få helårs-parkering med vaskemuligheter i Oppsalstubben 3 – oppvarmet lokale med alarm.



**INNTIL 10.000 KR I INNBYTTE**

på din gamle elsykkel,  
inkl. gratis vinterparkering for én vinter,  
samt én gratis service!

Vi har gunstige betalingsløsninger og betalingsutsettelse.

Haakon Tveters vei 88, 0686 Oslo  
TIF: 22 16 40 50 Web: perssport.no

**Pers Sport**  
prøv en elsykkel

## TILBAKEBLIKKET

På Rustadsaga torsdag 5. september ble gjenåpningen av Plankeveien fra Enebakk til Oslo markert ved en seremoni i regi av Østmarkas Venner. I mer enn hundre år, fram til andre halvdel av 1800-tallet, var Plankeveien den viktigste ferdselsåren fra Enebakk til Christiania.

## Gjenåpning av Plankeveien – vinterveien gjennom Østmarka

Mengder av plankelass fra sagene i Rausjømarka og Enebakk ble transportert over skogen, og trasèen har derfor i nyere tid fått navnet «Plankeveien». Det var Reidar Fønnebø fra Oppsal som på begynnelsen av 1970-tallet fikk merket trasèen, altså for ca. 50 år siden. Nye skilt var absolutt nødvendig. Trasèen er ikke alltid helt lett å følge dersom det mangler skilt. Østmarkas Venner sendte et notat til Statsforvalter som fant prosjektet om oppgradering interessant. Også Riksantikvaren og Oslo kommune ved Bymiljøetaten ble involvert og det var enighet om at Plankeveien var et kulturminne som burde løftes fram.

Oppgangssagene til de mange sagbrukene på 1500-s og 1600-tallet gjorde Norge til en plankenasjon. Det var den gang landets olje. Mange skogeiere ble rike, men det skaffet også arbeid til tømmerhuggere, sagarbeidere

og transportører. Forbindelse med utskipningshavner var nødvendig om plankene skulle nå eksportmarkene. Korteste vei fra Enebakk til Christiania var gjennom Østmarka. Men den gang var slike tunge lass kun mulig å frakte på vinterføre med hest og slede. Derfor gikk vinterveien over frosne vann og myrstrekninger. På vanskelige steder ble trasèen tilrettelagt for å bedre fremkommeligheten. Slike inngrep, oftest oppbygninger med stein, er fremdeles synlige. Vintervei gjennom Østmarka har det vært lenge før planketransporten begynte, men mange kjørere med store lass var noe nytt.

Riksantikvar, Statsforvalter og Viken fylkeskommune kom med i prosjektet og midler til nye skilt og infotavler ble satt opp av Østmarkas Venner og Bymiljøetaten. Ca. 30 skilt og fire infotavler er på plass. Omtrent hele trasèen til Plankeveien går

over Oslo kommunes eiendom.

Siste etappe på plankeveien før lassene var fremme ved bordtomtene i Christiania var Østensjøvannet. Skilt er da også satt opp helt i sør ved vannet som viser veien Oslo-Enebakk.

Plankekjøring er lettere å kjøre enn tømmerstokker. Derav uttrykket: *Det er bare plankekjøring.*

Veien gjennom Østmarka ble benyttet helt til den nye kjøreveien til Enebakk sto ferdig omkring 1865; dvs. den veien vi i dag kjenner som fylkesvei 155 fra Oslo til Ytre Enebakk. Jernbanen kom etter hvert til å ta over mye av tømmer- og planketransporten til Oslo.

Skisse med trasèen gjennom Østmarka finner du på [www.plankeveien.no](http://www.plankeveien.no).

AV LEIF-DAN BIRKEMOE

Dette skiltet står ved turveien på østsiden av Bogerudmyra og ble satt opp 22.10.2024.

Plankeveien - gammel vintervei  
Oslo - Enebakk



## PORTRETTEDET:

# Asbjørn Kjekshus: Fra daglig leder til pensjonist



## - **H** *vordan er pensjonistlivet?*

– Jeg har ikke kjent helt på det enda, men det er godt å ligge litt lenger om morgenen. Jeg er fortsatt delvis aktiv i Oppsal menighet (ut året), så det er fint med en myk overgang.

## - *Hvilke ting vil du etter hvert nå gjøre mer av?*

– Jeg vil spille gitar igjen, jeg spilte i danseband som ung voksen, så spillingen vil jeg gjenoppfriske, jeg har flere gitarer og forsterkere på gjesterommet. Så jeg leker litt med tanken på å spille litt her og der, men det er ikke noe konkret enda.

## - *Du har jobbet de fleste årene i det private næringsliv – hva er de største forskjellene og likhetene mellom jobb der og i kirka?*

– Det er en helt annen måte å jobbe på i kirka. I privat sektor handlet det om salg, service og inntjening. Jeg jobbet i 29 år i industrisammenheng, i kulelager-bransjen. Vi hadde selgere, servicepersonell og ingeniører som alle bidro til å

løse utfordringer. Store deler av perioden jobbet jeg nordisk og hadde også ansvar for driften i Russland, Ukraina og Scotland. Så da jeg kom hit var den største overgangen at det var mye menneskemøter, fra 0-100 år, i ulike sammenhenger. Gode samtaler, både innad i stab og med ulønnede medarbeidere (frivillige), det har vært veldig berikende.

## - *Da har du tatt med deg service-innstillingen?*

– Det har jeg prøvd på, ja, å være tilgjengelig. Noen som har overrasket meg positivt er folk som har et giversinn, samtaler der mennesker sier det er viktig, enten de har lite eller mye penger. Flere har sagt: «For meg er det viktig å gi nok, jeg vil ikke gå glipp av velsignelsen det gir.»

## - *Tror du på at det er velsignelse i det?*

– Ja. «Prøv meg på denne måten, sier Herren... jeg skal øse ut over dere velsignelse uten mål». (Malaki 3.10 red.anm.)s

## - *Hva har vært det beste med årene i Oppsal kirke?*

– Møte med mennesker, de gode

samtalene. Noe fint er også det som har skjedd i Søndre Skøyen kapell. Mange av oss var redde for at driften skulle avta, men så ble det bl.a. bønnehus med stor aktivitet og Vitalkirken som deltar aktivt i gudstjenestearbeidet der. Det er inspirerende at det har vært bønn der i flere år. Og på flere områder har jeg opplevd som daglig leder å gå inn i ferdiglagte gjerninger, noe en gjerne ser best i etterkant.

## - *Og det verste?*

Han tenker seg litt om og sier at følelsen av utilstrekkelighet har vært der, og det at ikke ting fungerer, ting som mangler. «Noen må se på dette!»

– Denne «noen» er fort daglig leder, og det kan være krevende.

## - *Til slutt?*

– Alt i alt er jeg takknemlig for disse 5,5 årene, stolt og ydmyk. Jeg ønsker stab, menighet og område alt det beste!

TEKST: NINA KRISTINE NIESTROJ