

NABOposten



OPPSAL MENIGHETSBLAD NR 3 – HØSTEN 2025 | 71. ÅRGANG



Vi plantet **trær**

Årets konfirmanter

STABEN

i Oppsal menighet



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



Daglig leder
Britt Marlene Sørli
M: 990 48 478
E-post: bs672@kirken.no



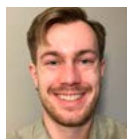
Diakon
Edel Lilleeng Solberg
T: 408 14 241
E-post: es765@kirken.no



Trosopplærer (i permisjon)
Ingvild Amalie Stavran Bergsjø



Vikar for trosopplærer:
Lene Wigestrands Tjemsland
M: 412 69 225
E-post: lt3832@kirken.no



Menighetspedagog
Mathias Ekre Husum
M: 905 36 963
E-post: mh956@kirken.no



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



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



Kantor
Sølvi Ådna Holmstrøm
M: 924 36 770
E-post: sh829@kirken.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.oppсал.oslo@kirken.no
Skriv gjerne hvis du ønsker å få tilsendt ukentlig «helgehilsen» fra staben.
www.kirken.no/oppсал

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: @oppсалmenighet

www.kirken.no/oppсал



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

Øvrig redaksjon: Johan Hindahl og Thomas Brekkum

Annonser: Ta kontakt med daglig leder for priser.

Forsidefoto: Nina K Niestroj

Neste nummer utgis 20. november.
Frist for forslag til stoff: 29. oktober.

Design/Layout: Morten Ravnbo [ravnbo.com]

Trykk: Merkur Grafisk



Til ettertanke

«Min fred gir jeg dere.»

Fred er noe vi alle ønsker oss. Men nyhetsbildet viser oss en verden med krig og konflikter, og kanskje opplever vi vanskelige ting i eget liv også, som kan gjøre oss urolige og bekymret.

Heldigvis finnes det også noe tilgjengelig her i verden, som er godt og som varer. Noe som er annerledes enn ting og opplevelser reklamen viser oss, som ofte bare gir kortvarig glede. Jesus sier til oss: «Min fred gir jeg dere, ikke den fred som verden gir. La ikke hjertet bli grepet av angst og motløshet» (Joh. 14, 27). Dette handler altså om hjertet vårt og om en fred inni oss; at vi kan falle til ro og føle oss trygge, selv i denne verden. Og jeg tror ikke vi må avstå fra alle ting det reklameres for, for å oppleve fred og trygghet. For mye er nyttig og kan gi oss glede i det daglige. Men jeg tror ikke det er nok. Vi trenger noe mer for å få tilfredsstilt et dypere behov vi har for fred og trygghet, for å være elsket og for å ha en følelse av et liv med mening og med retning. Og jeg tror det handler om rekkefølge og hva vi setter først. Jesus sier: «Søk først Guds rike og hans rettferdighet, så skal dere få alt det andre i tillegg» (Matt. 6, 33).

Når vi søker Gud og etter hvert kommer inn i troens landskap, skjer nettopp dette: Vi får en trygghet og en visshet om at vi er elsket, og et sted

å henvende oss som er godt og fullkomment. Vi får en trygg grunn under føttene, og kan stå gjennom utfordringer som livet måtte gi oss. Da kan vi også glede oss over ting i hverdagen på en mer avslappet måte, uten å måtte klynge oss til enkelte ting som om det var selve meningen med livet.

Så hvis du kjenner at en slik trygghet og visshet er noe du ønsker deg, vil jeg oppmuntre deg til å nærme deg troens landskap, hvis du ikke allerede er der. De fleste som har gått i den retningen har bare angret på en ting; at de ikke gjorde det før! Jeg kan også skrive under på at livet er grunnleggende mye bedre med den kristne troen enn uten.

Og hvordan kan du så nærme deg? Det er flere måter; lese Bibelen (begynn med evangeliene), lese bøker med kristent innhold (søk på nettet til du finner en bok som «treffer» deg), kom på gudstjeneste og gå på kurs, f.eks. Alpha-kurs. Det du fokuserer på og bruker tid på, det vil vokse. Og du vil komme til å merke en forskjell. Jeg ønsker deg lykke til og alt godt!

BRITT MARLENE SØRLI,
DAGLIG LEDER I OPPSAL
MENIGHET





Dugnadsgjengen utfører slått i Eikelunden på vestsiden av vannet.

HURRA for Østensjøvannets Venner

Et naturdokument av verdensklasse

– Hvert år får vi nye overraskelser over hva naturen ved Østensjøvannet byr på. Dette til tross for at området er under sterkere press enn noen gang. Biologiprofessor Klaus Høiland skrev for noen år siden at vi her forvalter «et naturdokument av verdensklasse». Det er dette for-



Leder Amund Kveim
Foto: Hanne Kamilla Kveim

eningen Østensjøvannets Venner arbeider for å ta vare på, forteller Amund Kveim.

Han har vært leder i foreningen de siste 25 årene og understreker at området har mange ulike verdier. Biologisk mangfold og kulturhistorie, men også pedagogiske og rekreasjonsmessige verdier.

– Men biomangfoldet er under sterkt press som følge av økende menneskelig aktivitet og inngrep. Skal vi klare å beholde dette må vi stanse videre utbygging i nærområdet, som for eksempel Eterfabrikken, som ligger mellom Bøler og Bogerud. Vi må også lære oss å bruke området uten å «forbruke» det og begrense forurensningen som skjer via bekkene som renner inn i Østensjøvannet. Målet er at kommende generasjoner også skal kunne oppleve å glede seg over de verdiene vannet representerer.

Fremmede arter som Russekål og Kanadagullris må bekjempes for å unngå at disse fortrenger stedegne planter. Foreningens dugnadsgruppe gjør en enorm innsats for å holde kulturlandskapet rundt vannet åpent.

Foreningen står også bak Besøks-senter våtmark på Bakkehavn gård sør for vannet. Der tar de imot skoleklasser og er vanligvis åpent for publikum på søndager.

Kveim mener at vi som bor rundt vannet har forbedret oss noe når det gjelder hvordan vi oppfører oss når vi ferdes der.

– Et naturreservat i et så befolket område er en stor utfordring, vi må huske at dette er veldig sårbart.

TEKST: JOHAN HINDAHL

Hjemmeside:
www.ostensjovannet.no

Østensjø bydelsdager 2025

Arrangeres 4.-7. september – ulike arrangementer:

www.oslo.kommune.no/bydeler/bydel-ostensjo/ostensjo-bydelsdager/

Bydelsdagene i Oppsal kirke: Allsang med Fredagslunsj

Fredag 5. september kl 11.30-13.00

Diakon Edel Lilleeng Solberg leder samlingen her. Dette er et av arrangementene i Østensjø bydelsdager 2025. Hjertelig velkommen!

Oppsal gatefest

Lørdag 6. september kl 11.30-15.00

Solbergliveien 100 (grøntområdet mellom blokkene)



Vi starter med allsang i kirkerommet. Varierte og fine sanger å synge med på, som ledes av Britt Marlene Sørli (daglig leder og tidligere kirkemusiker).

Deretter blir det lunsj med vafler i menighetssalen (vegg i vegg med kirkerommet).



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

Vi har kompetansen,
velkommen!



Autoriserte Fotterapeuter 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
Tlf. 97 33 84 04



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 kl 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

Veterinær Heidi Nøstvig

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

Hellerudsvingen 5, 0684 Oslo

Tlf: 950 71 012

Muskel- og leddplager?

- Spent muskulatur
- Nakkesmerter
- Ryggsmerter
- Spenningshodepine
- Kroniske muskulære plager

Høy kompetanse gir god & trygg behandling!

Konkurransedyktige priser.

Velkommen til muskelterapi & massasjebehandling!

Booking på sms/mob: 936 57 562

Kiropraktorklinikken

Skøyenåsen Senter, Haakon Tveters vei 8



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@oppalsamfunnshus.no

«Bevar ditt hjerte framfor alt du bevarer, for livet går ut fra det.»

Ordspråkene 4, 23



Fellesskapskvelder i Oppsal kirke

Torsdagskvelder kl 19–21. Foredrag og samtale. Forfriskninger/enkel servering.

I menighetssalen i Oppsal kirke. Ta gjerne med egen bibel, men vi har også noen til utlån.

Varmt velkommen!



Foto: Den Norske Kirke

PROGRAM:

9. oktober

Foreleser: Alexander Colstrup (sogneprest i Oppsal kirke): Bibelen og tiden. *To testamenter, én historie.*



16. oktober

Foreleser: Jan Platou (tekstleser): Bibelen og teateret. *Peer – du drømmer.*



23. oktober

Foreleser: Bernt Greger Olsen (internasjonal leder i Bibelselskapet): Bibelen og Ukraina. *Håp for et rammet folk.*



30. oktober

Foreleser: Randi Tjernæs (førstelektor på VID vitenskapelige høyskole): Bibelen og trøsten. *Et sjelesorgperspektiv.*



6. november

Foreleser: Nina Kristine Niestroj (kapellan i Oppsal kirke): Bibelen og gudstjenesten. *Forstå mer av liturgien.*



Foto: VID

Foto: Agenda 316.no

GUDSTJENESTER

HØSTEN 2025

Med forbehold om endringer.

De aller fleste søndager kl 11 er det Sølvi Å. Holmstrøm som er organist i gudstjenestene i Oppsal kirke.

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

Visjon: "Mennesker møtt av Jesus Kristus"

Verdier: "Møte, Lære, Leve"

DAG OG BIBELTEKST	OPPSAL KIRKE	SØNDRE SKØYEN KAPELL
Søndag 31. august 12. søndag i treenighetstiden Joh. 4,27-30.39-43	Kl 18 Kveldsgudstjeneste m/nattverd. Prest: Nina Niestroj Offer: Bibelselskapet – misjonsprosjektet	Gudstjeneste m/nattverd (*) Eivind Osnes Offer: Eget arbeid
Lørdag 6. september	Konfirmasjonsgudstjenester (*) kl 11, 13 og 15 Prest: Alexander Colstrup Offer: Eget ungdomsarbeid	
Søndag 7. september 13. søndag i treenighetstiden Joh. 15,13-17	Konfirmasjonsgudstjeneste (*) kl 11 Prest: Alexander Colstrup Offer: Eget ungdomsarbeid	Gudstjeneste m/nattverd (*) Vitalirken Tale ved Simon Gåre
Lørdag 13. september	Konfirmasjonsgudstjeneste kl 12 Prest: Alexander Colstrup Offer: Eget ungdomsarbeid	
Søndag 14. september 14. søndag i treenighetstiden/ Vingårdssøndag Matt. 19,27-30	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Kåre Skråmestø Offer: Eget arbeid	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Alexander Offer: Eget ungdomsarbeid
Søndag 21. september 15. søndag i treenighetstiden Joh. 15,9-12	Gudstjeneste m/nattverd Diakoniens dag Prest: Nina Niestroj Diakon: Edel L. Solberg Søndagsskole Offer: Young Life	Gudstjeneste m/nattverd (*) Vitalirken Tale ved Simon Gåre
Søndag 28. september 16. søndag i treenighetstiden Matt. 11,16-19	Kl 18 Kveldsgudstjeneste (*) Prest: Alexander Colstrup Offer: Eget arbeid	Gudstjeneste m/nattverd. Diakoniens dag. Prest: Kåre Skråmestø. Diakon: Edel L. Solberg
Søndag 5. oktober 17. søndag i treenighetstiden Mark. 5,35-43	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Nina Niestroj Offer: NKSS	Gudstjeneste m/dåp (*) Vitalirken Tale ved Jon Georg Fiske
Søndag 12. oktober 18. søndag i treenighetstiden Mark. 1,40-45	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Endre Olav Osnes Diakon: Edel L. Solberg Søndagsskole Offer: Eget arbeid	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Kåre Skråmestø Offer: Eget arbeid
Søndag 19. oktober 19. søndag i treenighetstiden Luk. 9,57-62	Gudstjeneste for små og store Prest: Nina Niestroj Menighetspedagog: Lene W. Tjemsland Offer: TV-aksjonen	Gudstjeneste m/nattverd (*) Vitalirken Tale ved Sven Arne Lundeby
Søndag 26. oktober Bots- og bønnedag Luk. 15,11-32	Kl 18 Kveldsgudstjeneste (*) Prest: Alexander Colstrup Offer: Blå kors	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Svein Granerud Offer: Eget arbeid

DAG OG BIBELTEKST	OPPSAL KIRKE	SØNDRE SKØYEN KAPELL
Søndag 2. november Allehelgensdag Luk. 6,20-23	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Nina Niestroj, Diakon: Edel L. Solberg. Offer: Eget arbeid Søndagsskole Minnemarkering kl 19	Gudstjeneste m/nattverd (*) Vitalirken Tale ved Simon Gåre
Søndag 9. november 22. søndag i treenighetstiden Søndag for de forfulgte Luk. 10,25-37	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Alexander Colstrup Søndagsskole Offer: Åpne dører	Gudstjeneste m/nattverd (*) Prest: Daniel Tonheim Offer: Bibelselskapet – Misjonsprosjekt
Søndag 16. november 23. søndag i treenighetstiden Matt. 24,35-44	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Nina Niestroj Tale ved Mona Ekstrøm Offer: Eget arbeid	Gudstjeneste m/nattverd (*) Vitalirken Tale ved Hans Johan Sagrusten (Bibelselskapet). Seminar ved Sagrusten over 1. Mosebok etter gudstjenesten (ca. 12.30-13.30)
Søndag 23. november Domssøndag / Kristi Kongedag Joh. 9,39-41	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Alexander Colstrup Søndagsskole Offer: Eget arbeid	Gudstjeneste m/nattverd (*) Preben Colstrup Offer: Eget arbeid
Søndag 30. november 1. søndag i advent Matt. 21,1-11	Gudstjeneste for små og store (*) Lys Våken Prest: Nina Niestroj Offer: Eget arbeid	Gudstjeneste m/nattverd (*) Vitalirken Tale ved Erika Vestre



ALLEHELGEN 2. NOVEMBER

Minnemarkering kl 19

Vakker musikk og navnene
på alle som har gått bort
det siste året blir lest. En
kveld med rom for savn,
sorg og håp.

Østmarkskapellet

Sportsgudstjenester søndager kl 12.00

- 31. august** ved Jon Aalborg
Organist: Simon Skyttemyr
- 7. september** ved Gunnar Kagge
Organist: Jan Ørnulf Melbostad
- 14. september** ved Turid Skarpe
Lannem Organist: Jan Ørnulf Melbostad
- 21. september** ved Silje Kvamme
Bjørndal Organist: Ørjan Leiknes Apeland
- 28. september** ved Kjell Nordstokke
Organist: Helge Strømme
- 5. oktober** ved Eivind Arnevåg
Organist: Merete Falck

- 12. oktober**
ved Finn Folke
Thorp. Organist: Bernt Nordset
- 19. oktober** ved Sigmund Akselsen
- 26. oktober** ved Bekkelaget
menighet Organist: Helge Strømme
- 2. november** ved Knut Helge
Badendyck-Møller
- 9. november** ved Dag Høyem
- 16. november** ved Reidar Strand

Se www.ostmarkskapellet.no



ØVRIG PROGRAM

Vi inviterer til ulike fellesskap i kirken og kapellet, ofte er de for flere generasjoner!

FOR BARN & FAMILIER:

Søndagsskole

Barna blir delt opp i småbarn og skolebarn under gudstjenesten kl 11, etter evt dåp.

Datoer: 21. september, 12. oktober, 2., 9. og 23. november, 7. og 14. desember



Gudstjenester for store og små

19. oktober kl 11: 2 års bok (krølletreff med leting etter sau og steking av vafler til kirkekaffe)

30. november kl 11: Lys Våken-overnatting i kirka for 11-åring, inn mot 1. søndag i advent.

Tweensklubb

Tweens for 5.-7. klasse kl 18-20. 31. august (samme tid – ikke kl 17). Mer info og påmelding på nettsiden vår kirken.no/Oppsal. Bli gjerne med i Spond-gruppen med kode DLDND.

Datoer: 31. august nb kl 17.00, 21. september, 5. oktober, 2. november, 29. november – Lys Våken (mer info og påmelding på skjerikirken.no), 30. november – Lys Våken -gudstjeneste og 7. desember – Juleavslutning

Kunstkvelder

I høst blir det kunstkvelder i Oppsal kirke kl 17-19. Vår trosopplærer har studert kunst i flere år, og gleder seg nå til å invitere til et kryss av generasjoner-kunstkurs. Vi inviter 8-9-åring til å komme sammen med en av sine tanter, onkler, foresatte eller besteforeldre. Det blir servert noe enkel middag. Påmelding innen 10. oktober til trosopplærer Lene på e-post lt383@kirken.no

15. oktober: Knuste leirkar skal bli vakker mosaikk

29. oktober: Tålmodighetsprøven å tove sitteunderlag

12. november: Skapt i Guds bilde, så vi skal skape kunst ved å male.

Supertirsdag

Kom for mat og sosialt som passer for enestående og for ulike familier! Tirsdager i oddetallsuker kl 16.45-18.30.

Datoer: 26. august, 9. september osv. frem til 16. desember

FOR VOKSNE:

Temalunsj i Oppsal kirke

God bevertning, interessant foredragsholder og tid til å slå av en prat med gamle og nye kjente. Kom gjerne alene, eller inviter noen du kjenner! Tirsdager kl 12-14.

2. september: Hans Jacob Finstad: Leve livet! Bilder, ord, musikk.

7. oktober: Trine og Jon Westborg: Noen glimt fra et liv i utlendighet.

4. november: Britt Marlene Sørli: Tanker, tekster, toner.

16. desember: Adventsfest!

Kirkeringen i Oppsal kirke

Et sosialt og åndelig møtepunkt der vi samler inn penger til gode formål i Oppsal kirke.

Ta med matpakke! Vi serverer kake og kaffe/ te. Ingrid Rød Jensen leder.

Datoer: Tirsdager kl 12-13.30. 23. september, 21. oktober og 25. november.

Fredagslunsj

Ta med matpakke og få en fin start på helga! Allsang, kaffe/ te. Noen ganger forteller eller leser noen opp noe. Hver fredag kl 12-13 i menighets-salen i Oppsal kirke.



Følg menigheten på Facebook og www.kirken.no/oppsal

Formiddagstreff i Søndre Skøyen kapell

Velkommen til et trivelig møtepunkt! Kom gjerne alene, eller inviter med noen du kjenner! Vi serverer deilig lunsj, kake og kaffe/ te. Utlodning, trim, allsang og møte med en interessant taler. Onsdager kl 12-14

17. september: Irene Mathisen forteller om menneskemøter gjennom sitt arbeid i Frelsesarmeen.

15. oktober: Hans-Olav Mørk: «Våg å være – med Ordet som drivkraft.» Glimt fra livet som gateprest, og prosjektleder for Bibel- 2012 og 2024.

19. november: Meteorolog Jens Sunde: Litt om vær og klima.



Lunsj for etterlatte

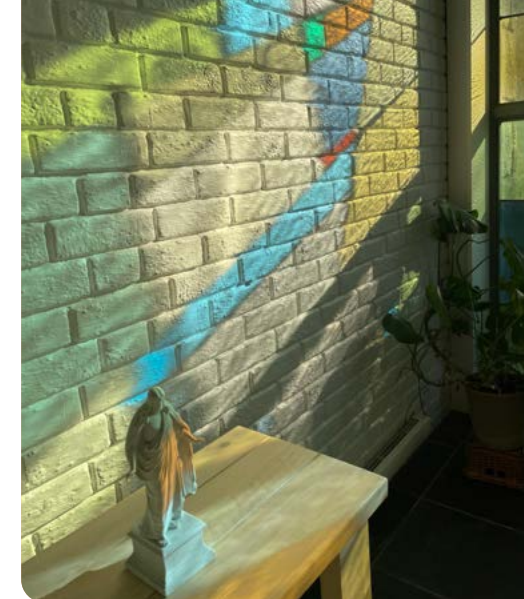
Har du mistet en du er glad i? Kanskje «Lunsj for etterlatte» er noe for deg? Vi spiser lunsj sammen, og samtaler om et tema innen sorg, savn og veien videre. To diakoner leder gruppa.

Mandager kl 12-13.30: 1. september, 6. oktober, 3. november og 1. desember.

Har du mistet noen og/eller trenger å snakke med noen: Hvis det ikke passer å delta på Lunsj for etterlatte, så ta gjerne kontakt med diakonen eller en av prestene i Oppsal. Da avtaler vi tid og sted for samtale. Kontaktinfo på side 2.

Høstcafé med brukt-bord og loddsalg

Lørdag 1. november kl 11-15 i Oppsal kirkes menighetssal.



Konsenter i Oppsal kirke rundt advent

Lions Bryn 27. november

Stor adventskonsert i Oppsal kirke torsdag 27. november kl 18.30. Lions Bryn følger opp tradisjonen med korkonsert i november. Vi har invitert både skolekor og voksenkor til denne adventskonserten – et fint avbrekk i en hektisk førjulstid.

Lions Club Oslo/Bryn støtter sunne aktiviteter og kultur i bydel Østensjø.

Konsert med Østensjø demenskor

Oppsal kirke torsdag 4. desember kl 18

Få med deg en nydelig opplevelse med sangerne fra koret, og flotte musikere! Mer informasjon kommer.

SØNDRE SKØYEN KAPELL

Varmt fellesskap

Siden høsten 2023 har det blitt fornyelse og en sterk vekst i arbeidet i kapellet på Søndre Skøyen.



Kapellet fortsetter det å vokse frem et flergenerasjonsfellesskap med unge og eldre. Flere barnefamilier og unge voksne har engasjert seg i kapellet som en del av Vitalkirken og Misjonssambandet. I Vitalkirken er det søndagsskole under gudstjenestene, moderne lovsang og tradisjonelle salmer, livsnær forkynnelse og en lang og inkluderende kirkekaffe!

I høst fortsetter arbeidet med gudstjenester hver søndag; i oddetallsuker er det gudstjeneste i tradisjonell kirkestil, mens det i partallsuker er gudstjenester ved Vitalkirken. Forsamlingen har tilbud om smågrupper i hjemmene, og 24-26. oktober reiser vi på menighetsweekend for å bli enda bedre kjent. Tredje onsdag i måneden arrangeres Quiz i kapellet kl 19.00.

Alle er hjertelig velkomne til kapellet for å komme nærmere Gud og nærmere mennesker!

AV JON GEORG FISKE



SYMPHONATE

– stor musikk i lite format –

Konsert i kapellet Duokonsert i Søndre Skøyen kapell 4. november kl 19.00

Fri entré – bidrag etter eget ønske

Pianist Sigstein Folgerø og cellist Zizai Ning inviterer til duo-konsert. Deres instrumenter er vidt favnende og utfyller hverandre gjensidig.

Publikum vil få oppleve både originale mesterverk og symfonier som er tilrettelagt for anledningen. I pausen serveres kaffe og kaker.



Foto: Dechop | Kowitnawewat

BIBELSEMINARER

Søndre Skøyen kapell, begge kvelder kl 19 – 21. Foredrag og samtale. Forfriskninger i pausen.

25. september

Professor emeriti Reidar Hvalvik: «Israels plass i frelseshistorien ifølge Romerne 9 – 11.»

20. november

Professor emeriti Karl William Weyde: «Gud som nådig og barmhjertig.»

Kontaktpersoner:

Ruth S. Andreassen (tlf 99298645) og Kåre Skråmestø (tlf 92426917)

LIVETS GANG

Perioden 10. mai – 17. august 2025



Vielser og gravferder kan du «bestille» på Kirketorget, tlf 23 62 89 47. **For dåp** – gå inn på minkirkeside.no/oslo eller ta kontakt med prest i Oppsal.

Menighetspedagoger kommer og går

Velkommen til **Mathias Ekre Husum** som nå er ansatt og viderefører arbeidet med ungdom. Han er 29 år, opprinnelig fra Sogndal og er utdannet teolog.

Vi takker **Miriam Fauske** som har sluttet, for verdifull jobb i Oppsal kirke gjennom 3 år. Hun har bygget og videreutviklet ungdomsarbeidet med stor vekt på å skape relasjoner til ungdommene og skape trivsel i kirka. Vi sender deg videre med lykke til i studier og annen tjeneste!



Naboposten trenger utdelere!

Det er fortsatt noen roder/ruter som er udekkede. Vil du kombinere det å gå tur ute og gjøre en frivillig innsats? Ta kontakt med redaktør eller med Liv Skorven, så avtaler vi hvilken rode som passer.



SMÅNYTT

Treplanting ved Oppsal kirke

Oslotrær – byens store treplantingsdugnad

Vi fikk bli med å plante trær, og det ble gjort sammen med Eva fra Oslotrær og barn og voksne på Supertirsdag 20. mai. Vi plantet bl.a. plomme-, lønne- og rogne-trær. Alle trærne ble merket med både barnas fornavn og latinske navn på trærne. Det var en lærerik og god naturopplevelse.

FOTO: NINA KRISTINE NIESTROJ



Høstens dugnad rundt Oppsal kirke

Fredag 5. september tar vi en ny runde med dugnad: Det skal ryddes utenfor kirken med kost, rake og trillebår. Vi ønsker å gjøre det pent ved kirken før konfirmasjonshelgen i Oppsal. Som vanlig starter vi kl 10 og avslutter ca. kl 15. Felles Fredagslunsj for alle kl 12-13 (ta med matpakke). Vel møtt!

JON SKJÆRET

Oscar Føyen (1932–2025)

OPUS-bygget stod ferdig i mai 1974 og det var Oscar Føyen (f. 12.8.32) som var formann i byggekomiteen til OPUS ungdoms-senter. Han var bygningsingeniør og tømrer, og var byggeleder under byggingen. Han fikk med seg ungdom og venner og bygde med egne krefter og hender. Oscar døde 6. mars i år. Takk for alt Oscar gjorde og den han var.



Utleie av OPUS-lokalene

Det jobbes nå med å klargjøre Opus-bygget for nye leietakere. Noen faste leietakere er på plass, men det er plass til flere. I underetasjen er det en nyoppusset speilsal, som kan egne seg til f.eks. trimgrupper eller dansegrupper. I underetasjen er det også et nyoppusset og lyst rom, som kan egne seg til møterom eller kontor. I 1. etasje er det en stor sal med et lite podium/scene og en «disk» med tilgang til kjøkken. Dette kan egne seg til større grupper som f.eks. korps, kor og menigheter.

Foreninger, ulike aktivitetsgrupper eller næringsdrivende som trenger lokaler er velkomne til å ta kontakt med daglig leder på e-post bs672@kirken.no eller tlf. 990 48 478 for å avtale en befaring.

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 | Gorm@grammeltvedt.no

Demningen ved Skøyenputten ble bygget som en mur av store steiner.



Dammer og demninger som kulturminner

Skøyenputten er et lite vann i Østmarka rett øst for Oppsal kirke som du kommer til etter å ha krysset Hellerudveien. I den nordvestlige delen av vannet ligger restene av en demning. Da den ble bygget for 150 år siden sto vannet i Skøyenputten mye høyere enn i dag. Det oppdemmede vannet var med å regulere vannstanden i Østensjøvannet, noe som igjen bestemte vannføringen i Østensjøbekken. Industrien langs bekken og ved Bryn utnyttet vannkraften.

Skøyenputten tilhørte etter 1842 utmarka til Søndre Skøyen gård, noe den faktisk også gjør i dag. Før Oslo kommune ble eier av Østensjøvannet rundt 1950 var det gårdene som grenset til vannet, de såkalte matrikkelgårdene, som forvaltet vannet i kraft av sine eierinteresser. En av disse gårdene var Søndre Skøyen gård (gnr. 144) som hadde store skogsområder i Østmarka. I

denne utmarka var det vann og myrdrag med avrenning vestover mot Østensjøvannet.

Når demningen i Skøyenputten første gang ble bygget er ukjent, men vi vet den ble flyttet syv meter i 1876, altså der den ligger i dag. Demningen er bygget opp av store steiner. Etter høyden på demningen må vannstanden på det meste ha vært betydelig. I dag et kulturminne fra en tid da vannkraft var viktig for den første industrien langs Østensjøbekken og Alnaelven ved Bryn.

Østensjøbekken var eneste avrenningsbekk fra Østensjøvannet. Vannføringen var i stor grad bestemmende for utnyttelse av vannkraften. I en kort periode rundt 1910 var det også en såkalt nåledam bygget i tre i Østensjøbekken omtrent ved Rognerud. Kraftbehovet ble hovedsakelig utnyttet av Kildals bridsels- og krittfabrikk, senere

Høyenhall fabrikk og ikke minst for den kraftkrevende industrien ved Bryn, der vi kan nevne Bryn Mølle og Joh. Petersens Lin og Bomullsveveri.

Omtrent samme type demning som for Skøyenputten ble Østensjøbekken demmet opp for Mølleedammen, også kalt Fettdammen, omtrent der Østensjøveien går i sving før Bryn senter. Demningen er i dag erstattet med betong. I Alna var det en stor demning like nedstrøms Østensjøbekkens møte med Alnaelven ved Bryn jernbanestasjon.

Skøyenputten som dam opphørte rundt 1920. Da var det elektrisk strøm som overtok for vannkraften, i alle fall for de største bedriftene med kraftbehov. I dag et kulturminne om da vannkraften var energikilde.

AV LEIF-DAN BIRKEMOE

KONFIRMANTER 2025:

Oppsal kirke

Lørdag 6. september kl 11

Mats Lenes Aulie
Ruben Berg Skybakmoen
Johannes Fállhed Bjørnsen
Mikeline Loe Eid
Sigurd Helset Eide
Noah Saga Hammerstad
Ida Mathilde Rønjom Hylland
Ane Eide Joryd
Peder Kjøren
Fride Kilde Mosnes
Anna Kleveland Nesvold
Maria Skjølsvik Nordang
Violetta Bigalievá Pedersen
Tuva Totland Raddatz
Ole Edvald Tangen Risheim
Thomas Segersten
Aimée Westborg Smiseth
Håvard Elias Thorud

Lørdag 6 september kl 13

Sunniva Vestmoen Bockelie
Pernille Corneliussen-Ramm
Aslak Hjelset
Thea Thoresen Hongslo
Olivia Vilmine Johansen
Wilma Søbæk Kallasten
Tias Korsvoll-Jørgensen
Linnéa Gulle Marléne Lundstein
Jenny Berstad Løkling
Melissa Ødegaard Matibag
Milla Meiningen-Hernar
Ella Marion Eik Myhre
Linea Elise Resch-Knudsen

Martin Nicolai Rødahl
Kristoffer Torsdal
Linnea Krogh Venge
Andrine Maurud Wold
Kristian Nyland Aambø
Caroline Åsvang

Lørdag 6. september kl 15

Kristoffer Haug Almaas
Alexandra Breiby Andersen
Mats Ji-Seong Worren Bore
Leah Marie Berge Christensen
Cornelia Stranden Einang
Vilde Hasselknippe Hiller
Mia Moflag Løchting
Iselin Mittet Løvold
Nellie Juliette Merky
Tine Strand Nilsen
Eva Nordstrand
Eline Vestli Reisvang
Magnus Broch Sandnes
Emilie Braathen Tønder

Søndag 7. september kl 11

Lara De La Fuente Dannesø
Camila Vigueras Hall
Oliver Schea Heggen
Adrian Guerrero Hødnebo
Olav Haug Jakobsen
Erik Bengtsson Kvien
Fillip Eliah Granum Lebesby
Hedvig Hefte Moger
Olav Skard Norheim
Ludvig Søråa Odland
Pernille Fæhn Oftebro

Akunna Emmanuella Okehi
Jonathan Reve-Mortensen
Adrian Sjåsæt
Erlend Aasgaard Skaug
Mathias Smedhaugen Solem
Einar Grønvik Utby
Mathias Volen-Gomnæs

Søndre Skøyen kapell

Lørdag 14. september kl 12

Oskar Ervik Marthinsen
August Rostadmo-Strømme
Martin Røhne
Ludvik Schlechter
Marius Strøm
Oddvar Fosseng Aardalsbakke

