

Manglerunden

Nummer 2/2019 • Årgang 51



3 Bylandbruket blomstrer!

Det blomstrer på mange måter for Senter for bylandbruk. Både barn og voksne gleder seg over det som gror.



6 Møt vår spreke vikarprest

Snart 75 år gamle Svein-Erik Skibrek stiller opp som vikarprest og samtaleprest for de som måtte trenge det.



10 Bruker musikken

Ellen Miles Tveita er trosopplærer og artist. I år har hun gitt ut sin andre plate. Nå er hun snart ferdig med sin første norgesturne.



5 MS trenger frivillige

Manglerud Star trenger frivillige. De lokker med gratis sesongkort til alle som tar i et tak for klubben.

DIN LOKALMEGLER



PRIVATMEGLEREN
PANORAMA MANGLERUD

Enebakkveien 203, 0680 Oslo • Tlf. 22 30 28 00
manglerud@privatmegleren.no • privatmegleren.no/manglerud

Redaktør:

Lena Skattum Sandvik/
Maria Rotli Freim

Bidragstere i dette nummeret:

Lena Skattum Sandvik
Maria Rotli Freim
Espen Andreas Hasle
Kamilla Lunde
Ole Kjetil Bø
Kjetil Hauge
Ellen Tveita
Manglerud Star
Manglerud frivillighetssentral

Design: Maria Rotli Freim og

Lena Skattum Sandvik

Distribusjon: Johnny Hagen

Opplag: 6 500

Trykk: Østfold trykkeri

Utgiver: Manglerud menighet

Byggeveien 10, 0680 Oslo

post.manglerud.oslo@kirken.no

Sentralbord: 23 62 99 42

Manglerunden er for deg som bor på Manglerud, Høyenhall, Abildsø og Ryen og sogner til Manglerud kirke. I dette nummeret samarbeider vi med Manglerud Star om utgivelsen. Om flere lokale aktører med hjerte for området ønsker å samarbeide med oss, så ta kontakt!

Tips oss gjerne om saker!

manglerunden@gmail.com

Ønsker du annonse hos oss?

Ta kontakt på e-post:
manglerunden@gmail.com

Priser:

Helside: 3500 kr
Halvside: 2200 kr
Kvartside: 1550 kr
Rubrikk: 500 kr

Menighetsrådsleder:

Sommer på vei!

“Sommer kommer, sommer kommer” synger vi i 3. klasse. Og nå tikker det virkelig mot sommer og ferie. For min del betyr det en skikkelig avkobling fra hverdagen. Lange dager og kvelder på stranda, turer til nær og fjern og forhåpentligvis masse påfyll av d-vitaminer. Jeg gleder meg! Men: Dette betyr også at Manglerud er litt for langt unna mange søndager denne sommeren. Da er det fint at vi ikke er avhengig av bygget for å ha kirke:



“For hvor to eller tre er samlet i mitt navn, der er jeg midt iblandt dem.” sa Jesus. Ta med deg det inn i ferien!

I Manglerud kirke skjer det heldigvis mye gøy før vi setter over på sommermodus: 25.-26. mai er det Tårnagenthelg for 2. og 3.-klassinger og søndag 16. juni blir det sommeravslutning for barnegruppene samtidig som vi feirer Pinse og kirkens bursdag. Torsdagstreffet har sin årlige sommertur torsdag 13. juni og i slutten av måneden reiser ledere og konfirmanter på konfirmasjonsleir – all erfaring tilsier at det blir en minnerik uke!

Midt på sommeren slår vi oss sammen med Bøler og Oppsal og samarbeider om gudstjenestene. Sjekk gudstjenestelista bak i bladet, så du møter opp på riktig sted.

I august er vi klare for en ny, spennende høst. Oppstart for de fleste aktivitetene er i slutten av måneden, og i september kommer en av årets happeninger; Kirkevalget. I det neste nummeret skal du få bli bedre kjent med de som stiller til valg for kirka vår, se også side 13 i dette nummeret.

Ha en riktig god sommer, og velkommen i Manglerud!

Kamilla Lunde,
Menighetsrådsleder

Manglerunden er gratis for deg som mottar det. Samtidig koster det å lage bladet. Vil du støtte produksjonen, er det flott!

Sammen lager vi et godt blad for nærområdet vårt!

Vipps: #10432

Kontonr: 1503 12 92139

Merk betalingen: "Gave MR 2-19"



Frivillige i jobb.
Frivillige stiller tulipanene Senter for bylandbruk kunne plante med inntektene etter suppeserveringen i fjor sommer.



Bylandbruket blomstrer!

I samarbeid med noen av bydelens barnehager, bygger senter for bylandbruk en læringspark for barn og unge.

Tekst og foto: Maria Rotli Freim

– I disse store kassene skal barn og unge lære om viktigheten av nytteinsekter. De skal få se koblingen mellom mat og insekter, sier Daniel Stephanek, leder for Senter for bylandbruk. Han viser frem store plantekasser nederst på kirkens tomt. Kassene er nye i år.

Den etiopiske menigheten planter

Denne våren har dessuten Stephanek innledet et samarbeid med den etiopiske menigheten som leier lokaler i Manglerud menighet hver søndag.

– Kirkens medlemmer skal plante med oss, og vi får litt nye mennesker inn i foreningen. Det setter vi alltid pris på! For vi trenger stadig flere frivillige, det er alltid behov, smiler Stephanek. Han understreker at man er velkommen uansett religion og livssyn.

Prøvesmaking hos byens hoteller

I Oslos hoteller kan man også få en smak av Mangleruds bylandbruk.

– Vi har grønnsaker ute for prøvesmaking! Så vi jobber altså for å få produksjonen vår ut til et stort hotell i byen. Stephanek er spent på hvordan denne prosessen vil gå videre.

Bytting av styre

Landbrukslederen sier at prest Kjetil Hauge har blitt kirkens representant i Senter for bylandbruks styre. Kirkens daglige leder, Ole Kjetil Bø, er også med i styret, og kontaktperson til Kirkelig fellesråd.

– Vi er fornøyd med at den kirkelige delen av foreningen er på plass. Tordis Nilsen har kommet inn i vår del av foreningen som styremedlem, sier Stephanek.

Suppeservering

Både i juni og august blir det suppeservering i kirken. Senter for bylandbruk er takknemlig for denne eventens suksess, og Stephanek takker for alle som kom i løpet av fjoråret.

– Med fjorårets fortjeneste fra suppeserveringen har vi hatt mulighet til å plante tulipaner som alle får glede av, sier Daniel Stephanek.

RYEN Tannhelseklinikk



Kr. 395,-

Førstegangsundersøkelse
inkl. to røntgenbilder, enkel tannrens og puss

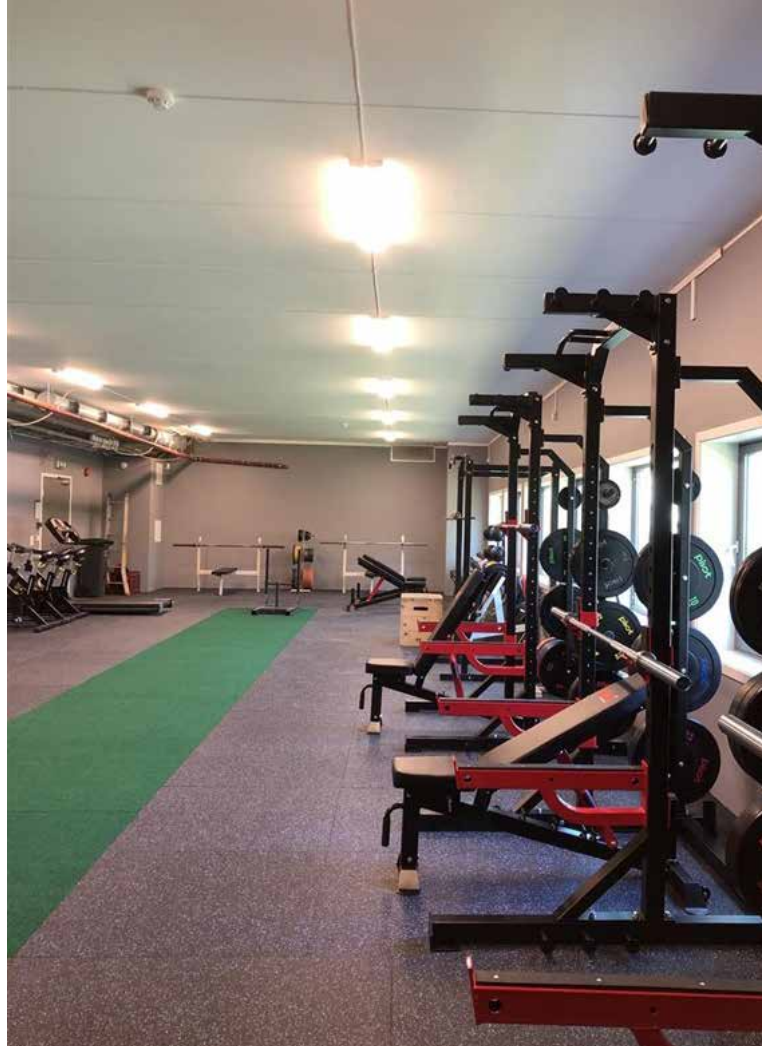
Velkommen til tannlegene Åberg og Kristensen
Hos oss kan du få hjelp til
all tannbehandling.

Bestill time på Internett:
ryentannhelse.no

Tannlegene Jan L. Kristensen og Siri Beathe Åberg

Tlf. 22 29 57 03 E-post: post@ryentannhelse.no

Adr.: Enebakkveien 203, 0680 Oslo. Gratis parkering.



Nytt styrkerom hos Manglerud Star

– Gode fasiliteter er viktig for å holde på gode spillere, sier trener Marius Trygg.

Tekst: Lena S. Sandvik
Foto: Maria R. Freim

– Vi vil være blant topp fire i Norge, og ha tilbud for hele bredden. Altså for flest mulig lengst mulig. Da må vi ha gode treningsfasiliteter, sier Rune Molberg, daglig leder for Manglerud Star bredde.

Denne våren har MS derfor investert i styrkerommet som har fått nytt gulv, maling på veggene og masse nytt utstyr.

Kontroll på trening

– Vi vil ha kontroll på treningene til spillerne våre. Derfor er det ikke noe alternativ med andre treningssentere, sier Molberg.

På styrkerommet er valget av utstyr nøye gjennomtenkt. Her er mye løse vekter og vektstativer som er dedikert trening for ishockey.

– Treningsmetoder endrer seg jo, men det er ganske vanskelig å bli

brukbar i ishockey uten god fysikk, sier Molberg. Styrken til en hockey-spiller må gå gjennom hele kroppen.

– Beina er viktig for å gå fort. Armene er viktig for å delta i spillet med kølle og puck. Magen er bindeleddet for hele kroppen, forklarer Molberg.

God oppkjøring

Breddelederen ønsker å takke dem som har bidratt frivillig til å få styrkerommet ferdig på kort tid.

– Nå har alle lag mulighet til å få en god oppkjøring før en ny sesong, sier han.

Molberg mener at rommet vil gi både yngre og eldre spillere en bedre trening.

– Mange av ungdommene våre går på toppidrettsgymnas. Vi vil fange dem opp og ta over treningene den dagen de er ferdig med videregående. Slutter de å trene, vil utviklingen deres stoppe, sier Molberg.

Tre dager i uka

I 2019/2020 blir Marius Trygg trener for U21 hos Manglerud. Han har selv bidratt i oppussingen av styrkerommet.

– I dette nye styrkerommet bør spillerne være tre dager i uka året rundt, sier Trygg. Han har hjelp fra sin yngre bror, Mathias Trygg, til å trene fysikken til spillerne.

– Som hovedtrener er jeg også en del med her under fysisk trening.

Blomstrende miljø

Trygg omtaler MS som et blomstrende miljø, som produserer mye spillere til Get-ligaen og til landslagsnivå.

– Det vi ser er at det kommer flere blomstrende ishockeymiljøer nå. Så konkurransesituasjonen er annerledes. Det er vanskelig å holde på spillerne. Derfor er fasilitetene viktig. Det må være proft det vi driver med. Så dette rommet er noe som ungdomsavdelingen skal få nytte av, avslutter Marius Trygg.

Bli med som frivillig under seriekampene!

[Manglerud Star]

Manglerud Star trenger frivillige. De lokker med gratis sesongkort til alle som tar i et tak for klubben.

Tekst og foto: Maria R. Freim

– I Manglerudhallen har vi behov for personer som kan hjelpe til som vakter, som kan selge billetter i billettinngangen, sitte i sekretariatet, folk som kan være arrangementsansvarlige og verter/vertinner som hjelper lagene og dommere, sier Cecilie Olsen, daglig leder av MS Elite.

Hun forteller at det også er behov for folk som kan hjelpe til og produsere innhold på sosiale medier, og på MS sine nettsider.

Behov for mange

– Vi har behov for så mange mennesker som ønsker å hjelpe oss. Det er mye forskjellig å velge i, og man kan se hva som passer best for en selv, og i hvor stor grad man ønsker å bidra, sier Olsen.

Hun forteller at hun selv jobbet som frivillig i klubben i fire år, hovedsakelig med sosiale medier, før hun i november begynte som daglig leder.

– Jeg har hele tiden trivdes veldig godt. Derfor har jeg holdt på lenge som frivillig. Det er mulig å lære mye og utvikle seg sammen med den fantastiske gjengen i MS, om man begynner som frivillig her i klubben, sier hun.

Gratis sesongkort

Olsen forteller at man får gratis sesongkort når man stiller opp som frivillig.

– Man får selvfølgelig også se kampene, i den grad det ikke påvirker



Cecilie Olsen er daglig leder i MS Elite. Hun startet selv som frivillig i Manglerud Star.

arbeidsoppgavene man har under kampen, sier Olsen.

Hun sier at klubben har små ressurser, men samtidig et veldig bra miljø.

– Vi håper at det gode miljøet gjør at flere folk har lyst til å bidra. Manglerud Star ønsker alle hjertelig velkommen, sier Olsen.

Som en liten klubb setter vi utrolig stor pris på alle som ønsker å hjelpe oss!

Hun håper at de frivillige også vil være med å skape godt miljø i MS.

Opplæring

– Nye frivillige får opplæring, og det er mulig å bytte oppgave dersom det man får ikke passer. Den eneste oppgaven man bør ha noe spesialkompetanse eller interesse for, er dersom man vil jobbe med sosiale medier eller produsere innhold til nettsidene våre, sier Olsen.

Den arrangementsansvarlige, som MS ønsker seg, skal være med å løfte kampene, slik at det blir flere tilskuere, og slik at det blir hyggeligere for de som er i hallen.

– Det eneste kravet vi stiller til frivillige er at de må være med å skape et godt miljø, slik at det blir gøy for alle som er med og hjelper, sier Olsen.

[Manglerunden 5]



Møt den nye vikarpresten i Manglerud

Den nye vikarpresten i Manglerud er en sprek pensjonist.

Av: Maria Rotli Freim

Snart 75 år gamle Svein-Erik Skibrek, har siden han fikk AFP i 2010, stilt opp som vikarprest og samtaleprest for de som måtte trenge det. Da han kom til Manglerud i mars, hadde han akkurat avsluttet fem måneders vikariat som prest i Mortensrud menighet.

Skibrek skal være vikar for sogneprest Espen Andreas Hasle som har permisjon frem til september i år for å drive valgkamp for KRF.

Veien til Manglerud

– Jeg ble kristen som 30-åring, var lærer og begynte da å undervise i kristendom, forteller Skibrek. Han jobbet både i en kristen organisasjon, og som menighetsarbeider i to år. Da merket han at hjertet hans var mer i kirken enn i skolen. Han startet som menighetsarbeider i Hauketo-Prinsdal menighet på heltid, og tok kateketseminaret underveis.

Som 45-åring begynte han på prestestudiet på MF. I 1994 ble han ordinert til stilling som vikarprest i Klemetsrud prestegjeld. Fra 1995 til 2010 jobbet han som sokneprest i Klemetsrud prestegjeld, med spesielt

ansvar for Mortensrud menighet.

– I 2010 søkte jeg AFP for å være prest på annen måte. Jeg ønsket å bidra med sjelesorg, åndelig veiledning og retreat. Dessuten ville jeg gjerne holde gudstjenester når kolleger trengte vikar, og jeg ville gjerne stille med kirkelige tjenester når venner og kjente hadde slike behov. Og samtidig fikk jeg mer tid med familien, sier Skibrek.

På leit

Vikariatet i Manglerud kom som en fortsettelse av et vikariat i Mortensrud kirke.

– Espen sokneprest ringte, prost

Vil gjerne samtale.

Vikarprest Svein-Erik Skibrek er åpen for samtaler om livet, og tar gjerne imot dem som ønsker å snakke med en prest.

SVEIN-ERIK SKIBREK

Alder: 75 år dette året

Sivil status: Gift, 3 barn, 11 barnebarn

Bor: Prinsdal

Aktuell: Vikarierer som kapellan i Manglerud

Karriere: Lærer i realfag, kateket og prest.

ringte, kona og jeg snakket sammen og vi ba til Gud om råd. Så tok vi en tur til en gudstjeneste i Manglerud, der Kjetil prest talte over et ord som traff meg: «Herren selv skal gå foran deg. Han skal være med deg. Han svikter deg ikke. Vær ikke redd og mist ikke motet!» (5 Mos 31,8). For en som var på leiting, var det ikke mulig å si nei etter det.

Kjenner seg velkommen

– *Hvordan har det vært å komme til Manglerud?*

– Jeg har kjent meg velkommen, både av folk jeg kjente fra før og av folk jeg har møtt underveis. Staben er hyggelig og hjelpsom i arbeidet med å bli kjent i kirken, med menighetstradisjoner og med informasjon om Manglerud som bydel.

Skibrek har en stilling på 60 prosent fordelt på tre dager. 74-åringen er vant til å møte de behovene som dukker opp underveis.

Åpen for samtaler

– Jeg trives godt med å feire gudstjenester og dele Guds ord med andre, sier Skibrek. Han er også åpen for samtaler om livet, og tar gjerne imot dem som ønsker å snakke med en prest.

– Jeg håper å bidra til at mennesker får rom til å vokse i troen på Jesus som Frelser og venn i hverdagen, og i tanken om at Gud er glad i alle – uansett liv og erfaringer, sier den nye virkarpresten.



Gunnar Ruud
CATERING - SELKAPSMAT



La oss komme med maten, og du kan sitte ned og nyte festen sammen med gjestene dine.

Vær trygg på at du får en fin matopplevelse når maten leveres av Gunnar Ruud Catering AS.

www.gunnarruud.no
Tlf. 23 30 25 00

Gunnar Ruud
Nordenhovgt. 7 - 0654 Oslo

MANGLERUD ADVOKATKONTOR Advokat Kari Paulsrud m.n.a.

- Testamenter / arveoppgjør.
- Samboeravtaler / ektepakter.
- 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: kpausrud@kindemco.no

Tilbud til barn og ungdom i Manglerud

Manglerud kirke har tilbud for barn og unge i alle aldersgrupper! Nedenfor kan du lese hvilke tilbud som arrangeres i perioden frem til neste nummer av Manglerunden. Mer info om det enkelte tilbudet og påmeldingsskjema legges ut på nettsidene våre www.kirken.no/manglerud.



Agent 2.0.

Høstens 4. klassinger inviteres til en oppgradert agentsamling. Her får barna møte en ekte Jesusagent, de får løse flere morsomme agentoppdrag, og de får redskaper de kan bruke som agenter for Jesus når de kommer hjem.

Supersøndag

Ca en gang i måneden har vi barnevennlige gudstjenester, som vi kaller «supersøndag». Her får dere høre en morsom preken, dere får delta i enkle sanger og bønner, dere får nattverd, og det kan skje spennende ting underveis. Etter gudstjenesten serveres kjeks og saft, og barna kan leke mens de voksne prater over en kaffekopp. Datoer: 26. mai, 16. juni, 1. sep, 13. okt

Babysang

For deg som er hjemme med baby 0-1 år. En halvtimes sangstund, etterfulgt av lunsj. Mandagene 20. mai, 3. juni. Oppstart til høsten: 26. august kl. 11.00 - 12.30. Pris: 300,- for hele permisjonstiden. Kom gjerne innom og prøv babysang gratis før du melder deg på!

freeDags

En klubb for deg som går i 6.-9. kl., på fredagene 24. mai, 14. juni. Kl. 19.00-21.30. Vi har kiosk, spill og arrangerer ulike aktiviteter. Vi holder til i kjelleren i kirken. Ta med litt penger til kiosken, og en venn eller to! Ansvarlig: Stig Muren, s.muren@online.no. Pris per semester: 150,-

Supertirsdag

Kl. 17.00-18.00 annenhver tirsdag
Datoer: 28. mai, 11. juni (med forbehold om nok påmeldte). Oppstart til høsten: 20. august

Påmelding til middagen via facebook-gruppen «Supertirsdag i Manglerud kirke». Påmelding til aktivitetene via kirkens nettsider: www.kirken.no/manglerud. Velkommen til å teste aktiviteten en gang gratis før du melder barnet på!

- **Familiemiddag kl 17.00-17.30**
For deg som vil komme til ferdig middag etter barnehage og skole. Kr. 25 per pers.
- **Knottesang kl 17.30-18.00**
For barn 1-3 år som liker å synge! (I følge med foresatte.) Kr. 100 per semester.
- **Supersang kl 17.30-18.00**
For barn fra 4 år og til og med første klasse som liker å synge! Kr. 300 per semester.
- **Triangelklubben kl. 17.45-19.15**
i kirkekjelleren for barn fra 2. -5. klasse. Påmelding til Vidar Lund, vidar.lund@fhi.no. Pris per semester: 50 kr + årsavgift til KFUK/KFUM: 150 kr.

After8

Nytt tilbud til dere som går i 9. klasse og oppover

After8 er et nytt tilbud for ungdommer fra 9. klasse og oppover i regi av ledergjengen Ung:tro Manglerud.

Vi møtes ca. annenhver fredag i kirkens ungdomslokaler kl. 20 - 23. På programmet blir det blant annet kafé, sosialt, andakt og mange forskjellige aktiviteter.

Hjertelig velkommen!

Tårnagent helg

25.-26. mai inviteres 2. og 3. klassinger til en helg hvor de kan få være agenter og utforske kirken sin og troen sin gjennom spennende oppdrag!

Barnas pinsefest 16. juni

4. klassinger inviteres spesielt til å bli med på Barnas Pinsefest, der vi feirer den globale kirkens bursdag og lærer litt om Den Hellige Ånd.

Oppdagelsesferd i kirken & fireårsbok utdeling

1. september inviteres 4-åringene sammen med familiene sine til frokost i kirken etterfulgt av en oppdagelsesferd gjennom kirkerommet. Under gudstjenesten blir det en høytidelig utdeling av fireårsboka.

Torsdagstreff i kirken

Manglerud kirke ønsker alle hjertelig velkommen til torsdagstreff! Hver andre torsdag 11:30 – 13:30.

Programmet er variert og består av sang og musikk, dagens refleksjon, kåseri/foredrag og servering av smørbrød.

Gratis inngang. Utlodning eller kollekt annenhver gang.

Sommerturen 13. juni

Sommerturen går i år til Holmenkollen. Velkommen på sommertur!
Oppmøte 10:00 ved Manglerud kirke. Vi får en sightseeingtur via Ekeberg, Bjørvika og Vippe-tangen - før vi kjører oppover til Holmenkollen kapell. Her møter vi kantor Petter Amundsen. Etter en refleksjon og flotte salmer får vi både et spennende dykk i kirkens historie og vakker musikk. Kanskje blir det en liten tur før lunsjen i de 5 stuer, Holmenkollen Park Hotell, 13 – 14:30.
Påmeldingsfrist 9. juni med betaling kr 300.



29. august: Jens Baade, Frelsesarmeen. Utlodning
12. september: Program kunngjøres senere.
26. september: Program kunngjøres senere.
Utlodning

Forbønngudstjenester

22. september, 27. oktober, 1. desember kl. 11.00
Vi tror forbønn er viktig – så viktig at den skal praktiseres konkret også i gudstjenestene. I forbønngudstjenestene får alle mulighet til å komme opp til alterringen og bli bedt for. Forbønn er en mulighet til å få kraft, styrke og velsignelse. Vi får invitere Gud inn i livet vårt, og midt i vanskeligheter og sykdom kan vi be om å få overgivelse i Guds hender. Forbønn kan forandre deg og livet ditt.

Foto: Harold Leenderts



Velkommen!

KONFIRMANT 20 ✨ 20

Finnes det en mening med livet? Finnes Gud? Hvem er Jesus? Hvorfor er jeg her? Hvorfor skjer det så mye ondt i verden? Hvor er Gud når livet er vanskelig? Hvordan blir fremtiden min? Hva tror jeg på?

Om du tenker på noen av disse spørsmålene, er konfirmasjonstida i Manglerud kirke absolutt noe for deg. Vi lover ikke å ha alle svarene på spørsmålene, men ønsker å samtale med deg.

I konfirmanttida skal du få lære mer om den kristne tro og bli utfordret til å tenke gjennom hvem du er.

I tillegg skal vi også ha mye gøy sammen, vi skal leke, synge og dra på leirer (24.-26. januar og 20.-24. juni). Vi skal ha ulike typer undervisningssamlinger, delta i Kirkens Nødhjelps innsamlingsaksjon, ha ungdomskvelder og mye sosialt og moro gjennom hele konfirmasjonstiden.

Konfirmanttiden skal være for alle. Uansett funksjonsevne. Ved behov for individuell tilrettelegging – ta kontakt med kirken!

Det har blitt sendt ut et brev om konfirmasjon til alle som er født i 2005 og bor på Manglerud.

Fra mai 2019 kan du skrive deg inn på kirkens nettsider. Har du spørsmål? Kontakt konfirmantprest Kjetil H. Hauge på kh362@kirken.no.

Hjertelig velkommen som konfirmant i 2020!

Få oppdatert informasjon og nyttige påminnelser. Følg med på: facebook.com/manglerudkirke



[Manglerunden 9]

Bruker musikken i det meste

Ellen Miles Tveita er trosopplærer og artist. I år har hun gitt ut sin andre plate. Nå er hun snart ferdig med sin første norgesturne.

Tekst og foto: Maria R. Freim

Maidagene er lyse og varme, men denne dagen tar vinden tak. Inne i kirken og det en varm og god atmosfære. Det høres latter nedover i gangen, det er Ellen som kommer.

– Hei! Dette skal bli spennende, sier Ellen med et stort smil om munnen.

Ellen har jobbet i kirken i to år og har gjort seg godt likt av både kirkens stab og lokalbefolkningen på Manglerud.

– *Hvorfor vil du jobbe som trosopplærer?*

– Jeg elsker barn, og jeg får brukt interessene og kvalifikasjonene mine i denne jobben. Jeg gjør planarbeid, er pedagog og formidler den kristne troen på ulike måter. Samtidig får jeg brukt musikken i det meste av arbeidet jeg gjør. Jobben er altså en god blanding av å være sammen med mennesker og å drive administrasjon. Jeg liker begge deler.

Setter planen ut i live

Ellen forteller at en trosopplærer jobber med kirkens trosopplæringsplan. Denne planen som man utarbeider for barn og ungdom mellom 0-18-år, innebærer å planlegge aktiviteter for hvert kull. Alle årskull skal inviteres til 1-3 samlinger i året. Planen skal altså settes ut i live og trosopplæreren skal arrangere de ulike arrangementene. Slik skal alle barn og ungdom døpt i kirken, få en systematisk og helhetlig trosopplæring i løpet av de første 18 leveårene.

– Kronglete, men ja! Det har jeg ansvaret for.

Selv om Ellen sitter med hovedansvaret, både for planen og oppfølgingen, har hun heldigvis hjelp til arrangementer og aktiviteter, både fra prestene og fra frivillige i kirken.

Aktiviteter for barn 0-14

Noen av aktivitetene Ellen gjennomfører i kirken er babysang. Her får foreldrene lære kristne sanger, og de får ressurser til trosopplæring i hjemmet. De blir også invitert til en gudstjeneste i året. I knøttesang er det enda mer kontakt med babyene, og direkte trosopplæring til 2 og 3-åringene. Det er oppdagelsesferd i kirken for 4-åringene med utdeling av en bok under gudstjenesten. Tårnagenthelgen gjennomføres mot slutten av mai. Her inviterer kirken alle 2.- og 3.-klassinger til å komme og lære mer om troen og utforske kirka. *Lys våken* er en overnatting i

kirken og det er andre småting innimellom.

– *Hva er målet ditt som trosopplæringsleder i Manglerud?*

– Målet mitt er at alle barn som kommer til disse tiltakene skal få en god opplevelse i møte med oss som representerer kirka deres. De skal bli sett for den de er, og føle at det er plass til dem. Selvfølgelig skal de også få lære og erfare troen og utvikle sin egen tro.

– *Er det noe du synes er utfordrende i jobben?*

– Jeg synes uvissheten når det gjelder tilgang på ressurser og uvissheten rundt hvor mange som møter opp på de ulike aktivitetene er krevende. I jobben må man være flink til å være fleksibel. Dersom man har laget den fantastiske planen for møtet, så





Skann denne QR-koden for å komme rett til albumet!



kommer det kanskje bare tre barn. Da må man gjerne omrokkere i siste liten for å få det til å bli bra for de tre som kom. Så gjelder det altså å holde motet oppe hele veien, til tross for usikkerheten.

To vidt forskjellige arenaer

Ellen er både sanger og trosopplærer. To ulike jobber, på to vidt forskjellige arenaer.

– Jeg har en 80 prosent stilling i kirken, så planen er å jobbe på deltid med musikk, og det gjør jeg jo og. Det skjer ofte at jeg jobber litt mer enn 20 prosent med musikken. Det er egentlig veldig lett å kombinere, fordi jobben i Manglerud er såpass fleksibel. Så det er lett å flytte på arbeidsdager, og jeg har en veldig grei sjef, sier Miles og smiler.

[Manglerud kirke]

Etterlengta

I år har Ellen gitt ut platen «Glow», som består av 10 nyproduserte låter. Den første plateutgivelsen, «Beloved Intruder» gav hun ut helt selv. I årets plateutgivelse fikk hun hjelp av et plateselskap.

– Plateutgivelsen har gått kjempebra. Det har vært veldig moro, oppmuntrende og virkelig etterlengta!

Ellen og bandet har nesten gjennomført sin turne rundt om i hele Norge. Den siste plassen på lista er Fredrikstad i juni.

– *Blir det mulig å høre deg i konsert på Manglerud?*

– Jeg kommer til å spille i Oslo igjen i nærmeste framtid, så det er bare å følge meg på sosiale medier!

ELLEN MILES TVEITA

Alder: 33

Bosted: Marienlyst, Oslo

Fra: Sandefjord / Melbourne

Stilling: Trosopplæringsleder

Karriere: Sanger og låtskriver.

6 KJAPPE

Dette er jeg god til: låtskriving

Dette er jeg dårlig til: godtestopp

Jeg klarer meg ikke uten: GPS

Jeg er redd for: småkryp

Dette gjør meg glad: sola

Boka alle må lese: Arv og miljø (Vigdis Hjorth)



For et varmere Oslo



Espen Andreas Hasle,
1. kandidat Oslo KrF

Vi vil satse på

Familien

I Oslo er det mange barn og unge som ikke kan delta på fritidsaktiviteter. Derfor vil vi sikre at det varslede fritidskortet blir på minst 5000 kroner, for å sikre at alle barn og unge i Oslo kan få delta på organiserte aktiviteter.

Kirken

Kirken i Oslo er skviset økonomisk. Vi vil satse på kirka blant annet ved å tilby støtte til å ansette en diakon i hver menighet. Dette vil styrke kirkens utadrettede arbeid lokalt, og bidra til målet om å gjøre Oslo til en varmere by.



Aktiv alderdom

Det finnes for mange ensomme eldre i byen vår. Derfor vil vi gi byens eldre en mer aktiv alderdom, blant annet ved å utvikle seniorsentrene, utvidet tilbudet om «Rosa busser» til alle bydeler, og skaffe flere benker i sentrum.

Frivilligheten

Barne- og ungdomsorganisasjoner får i dag 40% mindre støtte enn i 2007. Dette går ut over arbeidet som drives. Derfor vil vi doble den kommunale støtten til barne- og ungdomsorganisasjoner i byen vår.



Manglerud kirkes vokalgruppe

Visste du at det finnes et damekor på Manglerud som øver annen- hver torsdag i Manglerud kirke?

Manglerud kirkes vokalgruppe består av rundt 20 damer i alderen 25-65 år.

– Vi liker å synge fordi det er godt for kropp og sjel, sier dirigent Sophia Blum, som også er kantor i Manglerud menighet. Hun forteller at hun har 20 års erfaring med korarbeid, både i og utenfor kirken.

– Noen i gruppen har lang erfaring med sang og musikk mens andre har liten, sier Blum.

Denne våren jobber vokalgruppen med forskjellige verk innenfor sjangrene klassisk, folketoner, viser og pop.

– Vi gleder oss til å presentere resultatet på sommerkonserten 16. juni kl. 19.00 i Manglerud kirke.

Temaet på konserten i år er lys og skygge som reflekterer det lyse og mørke i mennesket og livet.

Konserten er et samarbeidsprosjekt med damekoret Coro Angelico.

– Vi duker opp til fest med flott sang og salg av kaker og kaffe, frister Blum.

Til høsten jobber gruppen mot julekonsert i samarbeid med Østre Aker musikkorps som i fjor.

Opptak av nye medlemmer skjer fra august 2019.

– Du er hjertelig velkommen til å komme innom en torsdag for å øve med oss!

Kontaktinfo

Dirigent Sophia Blum:

sb539@kirken.no

Facebook: [https://www.facebook.com/](https://www.facebook.com/ManglerudKVG)

[ManglerudKVG](#)



Nytt menighetsråd

Manglerud menighetsråd (MR) velges hvert fjerde år. Rådet bidrar til å holde Manglerud menighet levende i lokalmiljøet gjennom å utvikle blant annet gudstjenestelivet, barne- og ungdomsarbeidet, arbeidet blant eldre og diakoni. MR peker på områder kirkens stab skal ha fokus på, og bidrar med å tenke helhetlig rundt arbeidet til Manglerud menighet.

De siste årene har menighetsrådet vært pådriver for blant annet å oppgradere lokalene i kirken og arrangere samlinger for frivillige. De har jobbet med trosopplæringsplanen og utarbeidet ny givertjeneste.

I neste nummer kan du bli kjent med de som stiller til valg for fire nye år i Manglerud menighetsråd.



Selfie. Nåværende MR.

Se listen til høyre.

Nominasjonskomiteens liste til menighetsrådsvalget i Manglerud menighet september 2019

1. Kamilla Lunde
2. Helge Vatne
3. Maria Øygard
4. Espen Skogstad
5. Tale Vikesund
6. Kristina Holst
7. Ole Magnus Mostad
8. Stein Villumstad
9. Harald Magne Glomdal
10. Svanhild Fauskrud
11. Lars Martin Lunde

[Manglerud kirke]

Vår Gud har minst seks «apper»

Det er nesten utrolig! Overalt kan vi med noen fingertrykk fange signaler som omgir oss. Vi kan få bilder, nyheter, yndlingsmusikk og kontakte kreti og pleti bare vi trykker på den rette «appen».

Systemet er gammelt. For vår himmelske Far som lengter etter å være sammen med oss, utøste pinse-dagen for omtrent 2000 år siden, Den hellige ånd over hele jorden. Slik omgir også Han oss på alle kanter og har gitt oss minst seks «apper» for kontakt, selv uten mobil.

«Bønneappen» brukes nok mest – når du og jeg ber høyt eller stille så er Jesus der for samtale.

En annen «app» er Bibelen, der Gud



På mobilfrie «apper». Svein-Erik Skibrek sier Den hellige ånd omgir oss på alle kanter, slik mobilsignaler gjør.

taler fremtid og håp, deler erfaringer og inviterer til fellesskap i Jesu navn.

En tredje «app» er å samles i Manglerud kirke til gudstjenester for alle i alle aldre.

En fjerde «app» er nattverden med nåde for alle, som uansett liv, vil ha hjelp til å leve i Jesu navn.

En femte «app» er dåpen du og jeg er døpt til og som vi alltid kan vende tilbake til.

På den sjette «appen» står det bare «?» og er Gud i fritt løp – alltid åpen for kontakt når vi søker ham.

For å bli i bildet: – når du og jeg ønsker fellesskap med vår levende Gud, så er han i Jesu navn alltid nær gjennom sine seks «apper», med både nåde og livshjelp. Bare prøv dem så skal du se.

*Svein-Erik Skibrek,
vikarprest*

Døde

Laila Synnøve Vold
Alice Karine Pedersen
Hege Beate Johansen
Arild Johannesen
Finn Arnold Rusten
Arne Fredriksen Høberg
Hjørdis Sibylla Dalberg
Gerda Klemetsen
Hans Filip Øksan
Harald Motrøen
Aage Gulbrandsen
Randi Haugstvedt
Jack Felt Farem
Haldis Øyen
Marion Elisabeth Ruud
Signe Margrete Guldbakke
Inger Mathilde Strøm
Kjell Frode Vøyenli
Elsa Nordbø
Eva Marion Kristiansen Botner
Ingrid Beate Hansen
Lisbeth Runar

Toril Marie Kirkerud
Arne Styhr
Yngve Solhei
Berit Eli Boye
Björg Nygård

Døpte

Tindra Marie Leikarnes
Isak Løken Fikke
Ida Gahr Langangen
Emil Veslum Kristoff
Cornelia Derian Myrliid
Gloria Dawit Tedros
Markus Saltnes Lillegård
Philip Zander Slåtten
Thea Stillingen Halvorsen
Emily Valø- Olsby
Ellinor Erle Bekkelund Sondén
Petter Lillevik Johansen
Liv Helset Carlsson
Sofia Hermansen
Maiken Korsgaard Morstøl

[14 Manglerunden]

ANNE LINE
BEGRAVELSESBYRÅ

Jomfrubråtveien 85,
1179 Oslo

☎ 461 90 056

post@annelinebegravelsesbyraa.no

www.annelinebegravelsesbyraa.no

En verdig avskjed

A decorative image at the bottom of the advertisement showing several white candles and white flowers, possibly lilies, arranged on a wooden surface.

Gudstjenestelisten sommeren 2019

26. mai kl. 11.00

6. søndag i påsketiden

Supersøndag med dåp og nattverd ved Kjetil Hauge. Kantor, Sindre Hovland. Svein Rikard Mathiesen, gitar. Tårnagethelg. Kirkekaffe. Takkoffer: Menighetens barnarbeid.

30. mai kl. 11.00

Kristi himmelfartsdag

Gudstjeneste med dåp og nattverd ved Svein-Erik Skibrek. Kantor, Sindre Hovland. Kirkekaffe. Takkoffer: Israelsmisjonen.

2. juni kl. 11.00

Søndag før pinse

Gudstjeneste med dåp og nattverd ved Svein-Erik Skibrek. Kantor, Sindre Hovland. Kirkekaffe. Takkoffer: Sjømannskirken.

9. juni kl. 11.00

Pinsedag

Misjonsgudstjeneste med dåp og nattverd ved Anne Marie Lofthus Hindahl. Kantor, Sophia Blum. Kirkekaffe. Takkoffer: Menighetens misjonsprosjekt i Bangladesh.

10. juni kl. 11.00

2. pinsedag

Felleskirkelig pinsefest på St. Hanshaugen ved sokneprest i Klemetsrud og Mortensrud, Trond Løberg. Lovsang og mingling fra kl. 11.00. Gudstjenesten starter kl. 12.00.

16. juni kl. 11.00

Treenighetssøndag

Supersøndag og barnas pinsefest med dåp og nattverd ved Kjetil Hauge og Ellen Tveita. Kantor, Sophia Blum. Kirkekaffe. Takkoffer: Menighetens

misjonsprosjekt i Bangladesh.

23. juni kl. 11.00

2. søndag i treenighetstiden

Gudstjeneste med dåp og nattverd ved Svein-Erik Skibrek. Kantor, Sophia Blum, Kirkekaffe. Takkoffer: Menighetens eget arbeid.

30. juni kl. 11.00

3. søndag i treenighetstiden

Gudstjeneste i Bøler kirke ved Dag Auli og Oppsal kirke ved Nina Kristine Niestroj.

7. juli kl. 11.00

4. søndag i treenighetstiden

Gudstjeneste med dåp og nattverd ved Anne Marie Lofthus Hindahl. Kantor, Sophia Blum. Kirkekaffe. Takkoffer: Menigh. eget arbeid.

14. juli kl. 11.00

5. søndag i treenighetstiden

Gudstjeneste i Oppsal kirke ved Nina Kristine Niestroj.

21. juli kl. 11.00

6. søndag i treenighetstiden

Gudstjeneste med dåp og nattverd ved Svein-Erik Skibrek. Kirkekaffe. Kantor, Colin Smith. Takkoffer: Menighetens eget arbeid.

28. juli kl. 11.00

7. søndag i treenighetstiden

Gudstjeneste med dåp og nattverd ved Anne Marie Lofthus Hindahl. Kirkekaffe. Kantor Erling Strøm. Takkoffer: Menighetens eget arbeid.

4. august kl. 11.00

8. søndag i treenighetstiden

Gudstjeneste i Bøler kirke ved Anne

Marie Lofthus Hindahl og Oppsal kirke ved Kåre Skråmestø.

11. august kl. 11.00

9. søndag i treenighetstiden

Gudstjeneste med dåp og nattverd ved Kjetil Hauge. Kirkekaffe. Takkoffer: Menighetens eget arbeid.

18. august kl. 11.00

10. søndag i treenighetstiden

Gudstjeneste med dåp og nattverd ved Svein-Erik Skibrek. Kirkekaffe. Takkoffer: Alpha Norge.

25. august kl. 11.00

11. søndag i treenighetstiden

Samtalegudstjeneste med dåp og nattverd ved Kjetil Hauge. Kantor, Sophia Blum. Kirkekaffe. Takkoffer: Menighetens konfirmant- og ungdomsarbeid.

1. september kl. 11.00

12. søndag i treenighetstiden

Supersøndag med dåp og nattverd ved Kjetil Hauge. Oppdagelsesferd og 4-årsbok. Kantor, Sophia Blum. Kirkekaffe. Takkoffer: IKO.

7. september kl. 11.00 og 13.00

Konfirmasjonsgudstjeneste ved Kjetil Hauge og ungdomsledere. Band. Takkoffer: Menighetens konfirmant- og ungdomsarbeid.

8. september kl. 11.00

13. søndag i treenighetstiden

Konfirmasjonsgudstjeneste ved Kjetil Hauge og ungdomsledere. Band. Takkoffer: Menighetens konfirmant- og ungdomsarbeid.



SKYSS

Trenger du skyss til kirken?

Ta kontakt med Per Asbjørn Meier på tlf [414 79 446](tel:41479446) senest kl 09.30 søndag morgen. Gjerne dagen før.



- for ABILDSØ

Fra Abildsø gård:

Tone Welhaven Føyen



- Hva håper dere at Abildsø gård kan bidra med inn i nærmiljøet?

- Et av våre hovedmål er å bidra til å forebygge frafall fra skole og arbeidsliv gjennom forskjellige initiativ/prosjekter og sosialt entreprenørskap.

- Hvilke tiltak/prosjekter er det dere holder på med på gården nå i år?

- Vi gir 50 barn og unge en god og annerledes skoledag en dag i uka gjennom hele skoleåret. I år har vi i tillegg et ganske uvanlig prosjekt midt i byen. Vi planter 3500 epletrær på jordene våre. Mange ungdommer i nærmiljøet får i løpet av sommeren sommerjobb på gården med gårdsarbeid. Flere er også hjelpeledere på sommerleir for barn.



Planter 3500 epletrær i år

Dette året skal 3 500 trær settes i jorda på Abildsø gård. De fleste er allerede plantet.

Setter folk i arbeid

- Det har vært en god gjeng i arbeid på jordene de siste dagene, sier gårdsieren på Facebook tidlig i mai. Foruten ansatte på gården, har personer i arbeidstrening, frivillige, og gode naboer bidratt i planting.

Det brukes traktor for å plante trærne i år. De siste årene har det blitt plantet over 3 000 epletrær på gården, og da har det blitt brukt jordbor for å få dem ned i bakken.

- Det var blytungt rett og slett, så vi tenkte at når vi nå skal plante så mange trær samme år, så må vi ha hjelp av en boremaskin, sier Stian Føyen, som har ledet planting på gården.

Apaldasin

- Abildsø kommer fra gammelnorsk «apaldasin», som betyr «enga der det gror villepler». Munkene som holdt til på gården her drev med epler. Så det er noe med å videreføre den kulturarven som gården har. Dessuten er det en fin måte å legge til rette for arbeidstrening, og for å skape inntekter til gården gjennom eplemost, sier Føyen.



RYENTANNLEGENE

395,- Førstegangsundersøkelse inkl. to røntgenbilder og vanlig tannstenrens

Velkommen til et hyggelig besøk hos tannlegene Istad, Aas, Mellemstrand og Hussain i nye, moderne lokaler på Ryen.

Ryensvingen 5. Gratis parkering.

Tlf: 21 42 24 12 / 48 84 74 49 E-post: post@ryentannlegene.no

www.ryentannlegene.no