

Manglerunden

Nummer 1/2018 • Årgang 50



4 Middag og sang for alle

Har du små barn som liker å synge og ledige tirsdager? Kanskje middag, fellesskap og sangstund kan friste?



6 Ishockeystjerner etter skoletid

Smilet, hjelmen og iveren er på. Barna er klare for isen, og for Manglerud Stars skolefritidstilbud.



10 Etterlengtet treffpunkt

Det summer av samtale i kirkens menighetssal. Her er mange smil, klemmer og tydelig gjensynsglede. Det er vårens første torsdagstreff.



2 Vil bygge fellesskap på Ryen

– Vi trenger ikke flere boliger på Ryen. Vi trenger et fellesskapshus der vi tar vare på barn og voksne som allerede bor her, sier Tina Rødahl i aksjonsgruppa «Grønt og Varmt Manglerud» og Rune Molberg i MS hockey.

DIN LOKALMEGLER



PRIVATMEGLEREN
PANORAMA MANGLERUD

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

Ansvarlig redaktør:
Espen Andreas Hasle

Redaktør:
Lena Skattum Sandvik

Bidragstere i dette nummeret:

Lena Skattum Sandvik
Espen Andreas Hasle
Ole Kjetil Bø
Harold Leenderts
Sophia Blum
Kjetil Hauge
Ellen Tveita
Manglerud Star

Design: Lena Skattum Sandvik

Distribusjon: Johnny Hagen

Opplag: 6 500
Trykk: Østfold trykkeri

Utgiver: Manglerud menighet
Byggveien 10, 0680 Oslo
post.manglerud.oslo@kirken.no
Sentralbord: 23 62 99 42

Vi ønsker i større grad å gjøre Manglerunden til et lokalblad for Manglerud, Høyenhall, Abildsø og Ryen. 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: 2000 kr
Kvartside: 1500 kr
Rubrikk: 500 kr



På alerten. Klubbleder Vegard Nordin Løvå ved Manglerud ungdomshus ønsker å plukke opp ungdom som lager bråk.

Merker større uro

– Vi merker at det er flere ungdom i området. Det er mer som skjer, sier Vegard Nordin Løvå, klubbleder ved Manglerud Ungdomshus.

– Ungdomskriminalitet og vold vokser i hele byen. Men vi er langt unna der vi var for 10-15 år siden. Her på Manglerud møter vi stort sett snille og rolige ungdom, forteller klubblederen.

Han mener at det likevel er en tendens til mer uro for tiden.

– Derfor må vi være tidlig ute med forebyggende tiltak, så ikke mønster og grupperinger får satt seg, sier han.

Ingen tydelige grupper

Nordin Løvå forteller at det for noen år siden var tydeligere grupper blant ungdommene, blant annet av høyreekstreme. I dag ser han ikke slike etablerte grupper i området til ungdomshuset, som strekker seg over Manglerud, Abildsø og Høyenhall.

– Hva gjør dere for å forebygge negativ adferd?

– Om vi får en mistanke om at en ungdom har det vondt, tar vi fatt i vedkommende og snakker om hva som er galt. Om det er behov snakker vi også med foresatte, og ser hva vi kan tilby som bydel. Her kan alt fra barnevern til BUP bli aktuelt. Vi bruker hele bydelsapparatet.

Ungdomsklubber viktige i forebygging

Nordin Løvå mener det er viktig å være på alerten og plukke opp nøkkelpersonene som skaper uro.

– Manglerud er et rolig sted, og derfor er politiet mindre synlig her nå. Vi som bydel, klubb og utekontakt har fått et enda større ansvar for å møte ungdom med negativ adferd, og fylle tomrommet som politiet ikke fyller lenger.

– Hva er grunnen til at området her er ganske rolig?

– Mye tyder på at ungdomsklubber er viktig. Vi har en stor tetthet av ungdomsklubber her i Østensjø. Det kan ha en sammenheng med at vi har en rolig hverdag her.

Hver dag er ca 35 ungdommer i alderen 10-20 år innom ungdomshuset som ligger ved Manglerud skole.

Ungdomshuset tilbyr guttegrupper, jentegrupper, matgrupper og musikkverksted. Mellom fem og sju voksne ansatte er på huset hver kveld. De ansatte jobber for at alle ungdommene som kommer innom skal bli sett og pratet med.

Vil bygge fellesskap på Ryen

– Vi trenger ikke flere boliger på Ryen. Vi trenger et fellesskapshus der vi tar vare på barn og voksne som allerede bor her, sier Tina Rødahl i aksjonsgruppa «Grønt og Varmt Manglerud» og Rune Molberg i MS hockey.

Manglerud skole skal bli en av Norges største. Fra rundt 300 skolebarn i 2015, er det nå 750 elever på skolen. Etter hvert skal 1450 barn få plass i bygningene på Tallberget. Flere familier blir boende på Manglerud, og barne- og ungdomsflokkene øker. Presset på Manglerud Star og andre idrettsklubber i området øker stadig.

– Vi klarer ikke med dagens anleggskapasitet å ta unna for antall barn som ønsker fritidsaktiviteter, sier Rune Molberg, daglig leder i Manglerud Stars breddeavdeling.

Skape mestringsmiljø

Molberg og Rødahl understreker hvor viktig fritidsaktiviteter er for å hindre utenforskap, avtalte slosskamper og narkotikabruk blant barn og ungdom.

– Det er vår samfunnsplikt å bygge opp et variert og inkluderende tilbud, slik at alle barn på Manglerud får et godt og trygt fritidstilbud, mener Tina Rødahl, som også sitter i FAU på



Vil ha idrettsanlegg på Ryen. Tina Rødahl i aksjonsgruppa «Grønt og Varmt Manglerud» og Rune Molberg i MS hockey ønsker å skape fellesskap og mestringsarenaer.

Manglerud skole.

Sammen ser de to behovet for å stoppe politikere som sier ja til nye blokker i Ryensvingen 2-8. Området har høy luftforurensning og mye støy. Molberg og Rødahl mener at det derfor egner seg dårlig for boliger. De ønsker heller å skape flere mestringsmiljø for barna, ved å bygge et stort allidrettsanlegg.

Inkludere enda flere

– MS hockey gjør en fantastisk innsats for å inkludere barn som også kommer fra andre steder i byen, blant

annet fra Rustad, Abildsø og Nordstrand. Ved å bygge ny ishall på Ryen, kan enda flere barn bli inkludert, sier Tina Rødahl.

Løser trafikale problemer

Molberg mener at det å legge ishall og fellesskapshus til Ryen også vil avlaste nærmiljøet rundt Manglerud skole på en god måte.

– MS hockey genererer mye trafikk gjennom skolegården og i borettslagene rundt. De store trafikale utfordringene vi har i dag vil løses om vi får nytt anlegg på Ryen.

Applauderer initiativet

– Det er flott at idretten og frivilligheten tar denne typen initiativ, sier Erik Lunde, KrFs representant i Oslo bystyre.

Lunde mener Oslo kommune bør strekke seg langt for å imøtekomme lokalt engasjement. Han synes det høres ut som en god idé å gjøre Ryensvingen 2-8 til fellesskapsområde og idrettsanlegg.

– Oslo trenger mer idrett, mer frivillighet og flere idrettsanlegg. Så selv om jeg ikke kjenner alle detaljer i saken, er min umiddelbare reaksjon at det er mange fine sider ved dette initiativet.

Videregående skole

Lunde synes også at det kan være et godt forslag å bygge en videregående skole med idrettslinje i forbindelse



Foto: KrF

med et idrettsanlegg på området.

– Dette er også spennende å vurdere. Vi må se forslaget i relasjon til skolebehovsplanen som bystyret stadig reviderer, sier Erik Lunde.



Middag og SANG for alle

Har du små barn som liker å synge og ledige tirsdagskvelder?
Kanskje middag til 25 kroner, fellesskap og sangstund kan friste?

Tekst og foto: Lena S. Sandvik

– Hallo alle sammen og velkommen til supertirsdag! Det er trosopplæringsleder i Manglerud kirke, Ellen Tveita, som roper. For rope må hun, om hun skal bli hørt. Rundt bordene sitter barn og voksne. Det vil si: Noen sitter, andre løper, står eller klatrer i stolen. Her er familiemiddag med alt som hører til.

Pølsegryte

Kjeler med pølsegryte står rykende varme bakerst i lokalet. Etter sang av bordvers er det bare å hive innpå. Foreldrene småprater mellom servering av vann, tørk av søl og matning av småbarna.

Middagen går unna i en fei. Ungene finner igjen lekekamerater fra barnehagen, eller fra forrige supertirsdag. De sitter ikke stille lenge.

– Tusen takk til alle dere som tar i et tak etter familiemiddag, roper Ellen igjen, og så forsvinner barna og foreldrene inn på ulike sangtilbud.

Venner

Mens foreldrene tar med seg de aller minste barna på Knottesang i førsteetasje, går 4-7-åringene inn i kirkerommet til Supersang. Noen av barna ropesynger, så gøy er det. Sanger om vennskap, sanger med bevegelse.

– Dette er et tilbud for alle. Barna må ikke være døpt eller kristne for å være med. Vi synger kristne sanger og andre sanger, forteller Supersang- lederne Ragnhild Stautland, Liv Leirevaag Mongstad og Katrin á Borg Johannesen. Cirka 15 barn er med i koret, men lederne vil gjerne ha flere.

Supersang skal synge på gudstjenste om et par helger, og nå øver de på oppstilling.

– Kjempefint kor, altså! Opp å stå! Lek flaggstenger, roper Ragnhild. Ungene stiller seg opp, rekker hverandre hendene. Noen vugger fra side til side, noen ramler ned av trappen. Det runger i kirka: *Vi kan være venner du og jeg ...*

Supertirsdag våren 2018

Kl. 17.00-18.00

Ansvarlig: Trosopplæringsleder
Ellen Tveita

Datoer:

13. mars, 27. mars, 10. april,
24. april, 8. mai, 22. mai, 5. juni

Familiemiddag kl 17:00-17:30

For deg som vil komme til ferdig middag etter barnehage og skole. Kr. 25 per pers.

Meld på til et763@kirken.no

Knottesang kl 17:30-18:00

For barn 1-4 år som liker å synge! (I følge med foresatte.) Prøv en gang før du melder deg på til

et763@kirken.no

Kr. 100 per semester

Supersang kl 17:30-18:00

For 4-7-åringene som liker å synge! Prøv en gang før du melder deg på til

et763@kirken.no

Kr. 100 per semester

Triangelklubben

kl 17:30-18:00

For barn 7-10 år som liker hobbyaktiviteter! Påmelding til Vidar Lund, vidar.lund@fhi.no. Pris pr semester: 50 kr + årsavgift til KFUK/KFUM: 150 kr

3 på SUPERmiddag



Peik Fjellstad fra Skøyenåsen er på middagen sammen med kona Nina Cassiano og barna Marie (5) og Maja (1).

– Det er flere av barna i barnehagen som går på Supersang, så vi ville gjerne at Marie også skulle begynne. Først var bare hun og én av oss voksne her, så begynte Maja på Knøttesang, og nå er vi her hele gjengen, forteller Peik.

– Vi synes det er veldig hyggelig å spise middag sammen her annen-

hver tirsdag, og så møter vi andre fra barnehagen og nærmiljøet også.

Peik mener maten på supertirsdag er utsøkt. Han ler når han sier det, men understreker at han faktisk mener det. Han skulle gjerne hatt dessert også.



Johanne Askvig fra Abildsø

– Jeg ble kjent med ei som tipset meg om dette gode tilbudet. Annenhver tirsdag følger jeg datteren min, Agnes (3,5) til Supersang. Det blir en mor-datter greie. Vi spiser middag her, og går hjem til gutta etterpå.

Akkurat i dag er sønnen, Johan, med. Han skal gjøre matteleksa si mens Agnes synger med Supersanggjengen.

– Agnes er glad i å synge. Ingen av barna våre er døpt. Det kan de eventuelt få velge selv. Men det å bli kjent med kirka er bra. Da kan hun få være med og ta et aktivt valg selv. Her kan hun også finne venner.



Evelyn Ariana (4 år) og mamma June Schiering bor på Manglerud.

– Jeg vet ikke helt hvorfor jeg er her, men jeg er glad i å synge, forteller Evelyn, og demonstrer med å synge litt.

Mamma June legger til:

– Jeg er alene med Evelyn. Det er fint å spise sammen med noen av og til, og å møte folk fra nærmiljøet. Vi har nettopp begynt her, men har blitt kjent med noen og begynt å snakke med dem. Nå har vi vært med på

Supersang tre ganger, og vi har øvd på sangene hjemme.

Andre tilbud til barn og ungdom i Manglerud kirke

Babysang

For deg som er hjemme med baby 0-1 år. En halvtimes sangstund, etterfulgt av lunsj.

kl. 11:00 - 13:30

Mandager: 19. mars, 16. og 30. april, 14. og 28. mai, 11. juni.

Ansvarlig: Ellen Tveita, et763@kirken.no

Pris: 200,- per semester

freeDags

En klubb for deg som går i 5.-9.kl., på fredagene 16. mars,

20. april, 25. mai, 8. 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,-

Supersøndag

Ca én gang i måneden har vi gudstjenester for hele familien.

Våren 2018 er det super-

søndag 8. april (påskefest),

22. april (speidergudstjeneste),

29. april, 27. mai (pinsefest),

3. juni ("barnas dag" i Misjonskirken på Abildsø), 17. juni.

Søndagsskole

Endelig er vi i gang med søndagsskole igjen! Datoer for søndagsskolen denne våren blir:

25. mars og 13. mai.

VELKOMMEN!

Ishockey **STJERNER** etter skoletid

Smilet, hjelmen og iveren er på. Barna er klare for isen.

Tekst og foto: Lena Skattum Sandvik

En ensom liten hockeyspiller venter på medspillerne sine ute på den store isen. Alt sikkerhetsutstyret gjør at han ser litt stor ut likevel. De 5-årige bena skyter skøyte fremover. Kølla slår pucken hardt i vantet. Henry koser seg.

Etter skoletid fra mandag til torsdag er 1.-7.-klassinger velkomne på ishockeytrening i regi av Manglerud Star. Henry går i barnehagen, men er med pappaen sin én gang i uka.

Henrys pappa, Jørgen Garmann, står ved utgangen til garderobene. I 34 år har han spilt ishockey i ulike divisjoner. Han har også vært i eliteserien. Jørgen leder årets skolefritidsordning (IFO).

Klokka har nettopp bikket 14. Jørgen lukker opp døra til garderobe fire. Tre gutter er i ferd med å kle seg. Stadig kommer flere barn inn, trekkende på store utstyrstraller. De største guttene kommer alene. De litt mindre har med seg en bestemor, en mamma eller pappa.

Plass til flere

– Sikkerhet er viktig, og det er mye utstyr som skal på. Så selve påkledningen tar ofte lang tid. De fleste får seg cirka én time på isen, forteller Jørgen, før han roser en av guttene som spiser niste.

– Å få i seg mat er bra for å yte maks etter en lang skoledag!

15 til 20 gutter er på isen hver dag i IFO dette semesteret. Noen semester er også jenter med.

– Vi vil gjerne ha flere spillere, både gutter og jenter, sier Jørgen.

Han forteller at halvparten av barna kommer fra nærområdet. Resten kommer fra nabobydeler.

– Tidligere var det en buss som hentet barna på skolene. For tiden har vi ingen slik skyssordning, men vi jobber for å få den på plass igjen.

Populært mål

Garderoben fylles fort nå. Bestemor og pappaer gir barna en hjelpende hånd. Hele kroppen skal polstres.

Mats kommer forsiktig mot Jørgen og spør om lov til å stå i mål. Det skal han få lov til. Både bestemor og gutten smiler fornøyd.

– Det er populært å stå i mål. Lagenheten har keeperutstyr som vi låner ut, forteller Jørgen.

Ekstra trening

Jørgen ber noen av guttene som har blitt ferdig med å kle seg om å gå på isen. Sønnen hans, Henry, har imidlertid gått andre veien, og sitter og dingler med skøyte på benken ved siden av pappa.

– Jeg var tre år da jeg begynte å stå på skøyter, forteller han. Nå er gutten altså god nok til å spille med barn som er større og eldre enn ham.

Opplegget på isen er som en ekstra ishockeytrening.

– Du lærer ikke å gå på skøyter her. Du blir bedre. Dessuten må du ha fullt ishockeyutstyr, og gjerne ha vært innom et lag før du begynner på IFO. Men, du må ikke være god. Her er det et stor sprik i alder og ferdigheter, sier Jørgen.

På vei til NHL

Dennis (7) er i ferd med å ta på seg utstyret.

– Jeg er med her på onsdager, og så trener jeg i helga også. Det er så gøy å gå fort på skøyte på den glatte isen, ivrer han.

Jørgen mener at to til tre treninger i uka holder for de minste guttene.

Henry og Dennis har satt seg store mål. Dennis skal bli en superstjerne som den canadiske ishockeylegenden Wayne Gretzky, mens Henry gjerne vil til den nord-amerikanske superligaen NHL.

Med hjelmen på og ansiktet dekket av gitter, er guttene klare for isen.

Flere er ferdigkledd nå, og Jørgen kan straks blåse i gang dagens trening.

Streng disiplin

– Det er en lydør gruppe – noe den må være. Her er mye lyd. Når jeg blåser i fløyta, så skal gutta høre, ellers får de to minutter på benken. Det blir vanskelig for gruppa om noen ikke gjør som jeg sier, så disiplinen er knallhard.

Dennis og Henry slår opp døra i vantet, og plutselig er de midt på den store isen. Her er gutter som kan skøyte fort.

Jørgen blåser i fløyta, roper høye instruksjoner og deler kjapt inn i fire lag. Han setter opp to mindre hockeybaner. Små kropper svinger køllene og kjemper om pucken. Treningen er i gang.



Manglerud Stars skolefritidsordning (IFO)

- IFO (Ishockey Fritids Ordning) gir barn fra hele Oslo mulighet til å gå på skøyter med instruktør etter skolen fra én til fire dager i uka.
- Treningen kommer i tillegg til vanlig ishockeytrening og kamper med eget lag.
- Treningen er mellom kl. 14 og 16 og er for barn fra 1.-7. klasse.

Klare til kamp:

Hovedtrener Jørgen Garmann sammen med Dennis (7) og Henry (5) på skolefritidsordningen.

Velkommen til påske i kirken

Tekst: Kjetil Hauge, kapellan

Palmesøndag, søndag 25 mars kl. 11:00

Palmesøndag leder oss inn i den stille uken. Denne søndagens fest har dobbel klang. Folket hyller Jesus med et jublende "Hosianna", men vi vet samtidig om det rungende ropet "Korsfest! Korsfest!" langfredag. Vi inviteres med som deltakere i Jesu vandring inn i den tunge uken.

Det blir søndagsskole og prosesjon med palmegreiner for barn i starten av gudstjenesten.

Skjærtorsdag, torsdag 29. mars kl. 13:00

Skjærtorsdag har fått sitt navn av det gammelnorske ordet "skir", som betyr "ren". Dette har sammenheng med beretningen om Jesus som vasket disiplenes føtter. Jesus gir påskemåltidet en ny betydning, og innstifter nattverden: Som israelfolket ble reddet fra slaveriet i Egypt, skal Jesus frelse oss ved å gi sitt legeme og blod.

Vi feirer påskemåltidsgudstjeneste med langbord i kirken. Det blir servert lam. Vi spiser oss gjennom

elementer fra det jødiske påskemåltidet, tolket inn i en kristen ramme.

Denne gudstjenesten passer for hele familien. Vi skal bestille mat, og vil derfor gjerne ha påmelding til post.manglerud@oslo.kirken.no innen mandag 26. mars.

Langfredag, fredag 30. mars kl. 11:00

Alteret er nakent, her er bare fem røde roser på korset til minne om Jesu fem sår. Denne dagen følger vi Jesus gjennom lidelsene, fra han tas til fange i Getsemane og til han dør på korset på Golgata.

I gudstjenesten blir det vakker cello-musikk av Sophia Hugo Cabo.

Første påskedag, søndag 1. april kl. 11:00

Påskefesten er knyttet til Jesu oppstandelse fra de døde. Han er befrieren som har løst oss fra syndens byrde og sprenget dødens bånd. Hver søndag er en påskedag. Fordi Herren lever kommer vi hver uke sammen til gudstjeneste, så vi kan leve i kraften av hans oppstandelse.



Les også sogneprest Espen A. Hasles tanker om påsken s. 14.

**Andre påskedag,
mandag 2. april kl. 18:00 og 19:00**
Kl. 18:00 blir det Ungdommens påskefestgudstjeneste i Manglerud kirke. Vi lever oss inn i hele påsketellingen, fra palmesøndag frem til påskedag. Gudstjenesten er spesielt lagt til rette for konfirmanter og ungdommer.

Kl. 19:00 blir det felles påskejazzgudstjeneste i Lambertseter kirke.

Nytt teppe til freeDags

Det stygge teppet i ungdomssalen i kirken skal bort. Opsahlfondet har donert 25 000 kroner til saken.

Annenhver fredag samles mellom 10 og 20 ungdommer i ungdomssalen i Manglerud kirke til freeDags. Her får barn fra 5.-9. klasse tilbud om ulike aktiviteter.

– Nå ønsker vi å gjøre salen finere

slik at ungdommene synes det er enda mer innbydende å komme hit, forteller trosopplæringsleder i Manglerud menighet, Ellen Tveita.

Noe av det som vil gi rommet et løft, er å skifte et utslitt teppe.

– Flere teppefliser er løse, så her er det lett å snuble. Dessuten er nok ikke dette teppet bra for astmatikere, mener Stig Muren, leder på freeDags.

Han ble tipset om Opsahlfondet, og sendte inn en søknad om støtte.

– Vi ble svært glade da vi ble tildelt 25 000 kroner til nytt teppe, sier Stig.

Arbeidet med å skifte teppet går snart i gang. En komité jobber dessuten for å friske opp flere deler av ungdomssalen. Ønsket er nye sofaer og en ny kioskdisk.



Vil du ha en oppgave i kirken?

Er du glad i barn? Eller glad i å lage mat?
Vi tar med glede imot flere frivillige!

Har du store barn som kunne tenke seg å prøve seg som medarbeidere på søndagsskolen for eksempel, eller som medliturger på en gudstjeneste? Å få en oppgave i kirken kan gjøre barnet tryggere på seg selv, på andre og på Gud. Kan dette være noe for ditt barn? Ta kontakt med trosopplæringsleder Ellen Tveita. E-post: et763@kirken.no Mobil: 40 81 42 11

Søndagsskolen trenger også flere ledere

Denne våren blir det to gudstjenester med søndagsskole. Vi håper at vi kan utvide med flere datoer til høsten: Men da trenger vi flere medarbeidere. Vi anbefaler alle med små barn å prøve seg som medarbeidere en gang. Dersom du lurer på hva det vil si å være medarbeider i søndagsskolen, kan du ta kontakt med Stig Muren: s.muren@online.no



Sommerkonsert

Manglerud kirkes vokalgruppe
Nordstrand prosjektorkester

Søndag 17. juni kl. 18

Rheinberger messe i A-dur

Dirigent: kantor Sophia Blum

Nordstrand prosjektorkester ledes av
John Westby

De spiller også et eget verk:
Concerto grosso av G. F. Händel.

I andre avdeling av konserten synger koret
bl.a. *Fields of gold*, *My tribute*
og mye annen fin musikk.

Inngangspenger: 150 kr

Åndelig fellesskap

Kveldssamlinger

Ønsker du å delta i et fellesskap
der man deler tanker og erfaringer om Gud og
livet? Du er hjertelig velkommen til å se om
dette er noe for deg!

Velkommen til Manglerud kirkes menighetssal,
19.3 og 23.4 fra kl 18.00 – 19.30.

Det blir en samling med innledning, samtale og
bønn, og tidebønn i kirkerommet. Samlingen er
åpen for alle som ønsker fellesskap og samtale om
Gud og livet.

Ansvarlige er prest Anne Marie Lofthus Hindahl
og Torborg og Harold Leenderts.

Det blir servert kaffe og kakao.
Send sms hvis du er interessert.
Tlf: 917 37 212



VB **Martinsen & Brodahl AS**
Butikk i Schweigaardsgt. 58
Tlf. 22 19 44 30

R-MAL AS
Malebutikken på Ryen
TLF: 22 19 44 93

**SKULLERUD
PARK**



Etterlengtet TREFFpunkt

Det summer av samtale i kirkens menighetssal. Her er mange smil, klemmer og tydelig gjensynsglede.

Tekst og foto: Lena S. Sandvik

– Velkommen til vårens første torsdagstreff, hilser prest Anne Marie Lofthus Hindahl. Hun leder dagens samling.

Mellom 35 og 40 personer fyller bordene i salen, og det er dekket til flere.

Velkommen

– Det passer godt å synge «Jeg snører min sekk» i dag, selv om snøen smelter ute, sier Anne Marie. Kurt Haanes reiser seg. Han trakterer visst alltid pianoet på torsdagstreffene. Nå kommer han og hilser på journalisten før han setter seg

ved tangentene. Her skal alle føle seg velkommen.

Det synges fra grønne sangbøker. To sanger. Så er det tid for andakt, eller refleksjon.

Harold Leenderts, som sammen med prest Anne Marie er ansvarlig for torsdagstreffene, deler noe han har tenkt på siden nyttårsaftnen. Da lyttet han til kongens tale.

– Hører dere meg, starter Harold, og det nikkes bekreftende rundt bordene. Noen hjelper med å dele ut kort. Harold liker å fotografere. Nå får alle et foto av to hender som strekkes frem. Harold har fremkalt, og limt på kartong. Pent. Et lite kunstverk.

Den store viljen

Så snakker Harold om «den store viljen som går gjennom verden»,

slik kongen gjorde i sin nyttårstale. Denne viljen får alt levende til å strekke seg mot lyset. Det er en vilje til godt, til å hjelpe. Harold ønsker at fotoet av hendene skal være et symbol på menneskers store vilje til å strekke hendene ut mot andre. Denne viljen ligger i mennesker fra fødselen av, en skapergave. Harold oppfordrer til å se etter gode gjerninger i hverdagen, og til å ta imot håpet alle gode menneskelige gjerninger gir.

Så synges det igjen. «Jeg er i Herrens hender».

Latter og fellesskap

Nå er det tid for lunsj. To ulike «smørelag» bytter på ansvaret for samlingene. Ei av dem som har bevertningsansvar i dag, er Synnøve Bjørnerud. Hun er 73 år gammel.



God stemning

Synnøve Bjørnerud serverer rullekake til prest Anne Marie Lofthus Hindahl John Johansen (øverst t.v.) har gledet seg til dagens torsdagstreff. Kurt Haanes spiller piano til allsangen, og Harold Leenderts (nederst t.h.) er i samtale med dagens foredragsholder.

Torsdagstreff våren 2018

Kl. 11.30-13.30

22. mars

Mariana Myrebøe og

Kristine Stray Aurdal:

Hvordan beholde god helse gjennom bevegelse og riktig ernæring? Utlodning.

05. april

Kurt Haanes: *Dette er mitt liv*

19. april

Torborg og Harold Leenderts:

Guds velsignelse - hva betyr det i livet? Utlodning.

03. mai

Reidar Øye Brevik: *En rundtur i bydelen vår i gamle dager*

31. mai

Sommertur til Fossekleiva

Påmelding innen 25. mai.

” Jeg har aldri vært borte fra noen torsdagstreff!

John Johansen

– Vi kommer godt overens, vi som lager mat sammen. Alle har humor, så vi ler mye, smiler hun. Synnøve går ikke i kirken til vanlig. Men hun synes det er fint med torsdagstreffene.

– Jeg går her for å ha litt å drive med. Jeg har blitt alene. Mange av oss har det. Fellesskapet er det viktigste her, sier Synnøve. Hun unnskylder seg med at hun må jobbe, og springer av gårde for å servere. I dag er det smørbrød med salami, rull, geitost og gulost på menyen. Rullekake til dessert.

Lokalet har utsikt over Havredalen og ned mot Ryen. E6 ser vi ikke når vi sitter ved bordene. Alle veggene består av store vindusflater. Selv på en grå vinterdag er rommet lyst. Praten glir lett rundt bordene.

Trofast gjest

John Johansen blir tilbudt årer. Han kjøper. Mange årer. Nå har han god sjanse for å vinne i utlodningen senere.

– Jeg lengter etter disse treffene, forteller John. Grunnene til lengselen er flere:

– Her får jeg komme sammen med venner og bekjente. Det er veldig koselig. Fellesskapet er det viktige, ikke maten, for den har jeg selv, men den er god den også, smiler han.

John liker foredragene på treffene også. Han minnes blant annet et foredrag om Fridtjof Nansen, som lærte ham mye nytt.

John bor i Vårnveien. Han flyttet inn der i 1958, da husene var nye. Torsdagstreffet begynte han på i 2010.

– Det var året etter at kona mi døde. Vi hadde begravelsen her, og da traff jeg en koselig prest. Hun tok seg av meg, og fikk meg til å komme i kirken. Så nå går jeg på gudstjeneste nesten hver søndag, og jeg har aldri vært borte fra noen torsdagstreff, sier 85-åringen.

Niste ved døren

Etter en halvtimes lunsj er det duket for foredrag. I dag har torsdagstreffet besøk av Asbjørn Liland. Han snakker om dikteren Hans Børli.

Journalisten sniker seg ut under foredraget. Går glipp av trekningen etter årsalget og av mer sang og avslutningsord. Ved utgangsdøra ligger det allerede en stabel nistepakker. Rester fra serveringen. De som vil kan ta med hjem.

God på bolig – ekspert på OBOS

Markedsleder i
bydel Østensjø på
OBOS-boliger



**Mona
Pedersen**

Tlf. 916 65 715



**André
Johannessen**

Tlf. 948 30 056



**Thao
T. Luu**

Tlf. 993 52 111



**Anette
Berge Aas**

Tlf. 404 74 731

OBOS Eiendomsmeglere avd. Manglerud
Tlf. 22 86 54 90 / obos-eiendomsmeglere.no

 **OBOS**
Eiendomsmeglere

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: kpaulsrud@kindemco.no



Gunnar Ruud
CATERING - SELKAPSMAT



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

I over 75 år har vi forsynt Oslos befolkning med de deiligste retter. I tillegg til koldt- og varmtkjøkken har vi eget pølse-makeri hvor vi produserer blant annet pålegg, pølser, kjøttboller og karbonadekaker. Dette gjør at vi har full kontroll på råvarene hele veien.

Du kan være 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

Vi trenger flere bøssebærere. Bli med du også!

Søndag
18. mars kl
17:00 møtes vi
i Manglerud
kirke. Sammen
gjør vi kanskje
årets viktigste
dugnad.



Vann gir liv til planter, dyr og mennesker. Men vann kan også ta liv, om det er urent og forurenset. Årets fasteaksjon har overskriften - *Ja, vi elsker dette vannet.*

Også i år skal frivillige over hele Norge være med å samle inn penger til brønnboring, latrinebygging og andre tiltak som redder liv rundt om i verden.

Du kan være med å bidra som bøssebærer når Manglerud menighet skal gjennomføre årets aksjon.

Vi trenger mange bøssebærere slik at flest mulig skal få tilgang til rent og trygt vann. Pengene går til Kirkens Nødhjelp.

Les om arbeidet på www.fasteaksjonen.no

Altså: Søndag 18. mars kl. 17:00



Det skjer i nærområdet

13. mars kl 18:00

Nye Manglerud bad og aktivitetshus
Undervisningsbygg holder informasjonsmøte i Manglerud skoles aula om nye Manglerud bad og aktivitetshus. De gir også informasjon om ny vei.
(Illustrasjon: Asplan Viak)



17.-18. mars

Loppemarked på Høyenhall

Manglerud og Høyenhall skolekorps selger lopper på Høyenhall skole. Har du noe du vil bli kvitt? Du kan levere lopper fredag 16. mars mellom kl. 17 og 21. Ta kontakt med en voksen ved levering.



24. april kl 14:00

Manglerud gård 60+

Finn Schjøll:

"Ikke gjør som morra di sier!"

(Foto: Juritzen forlag)

26. mai - 3. juni

Lokale arrangementer rundt om i bydelen:

konsserter, forestillinger, sykkel- og turarrangementer, grønne aktiviteter, foredrag, dansekvelder, åpent hus, verksteder, utstillinger, leker for hele familien, stands m.m. Mer info på: facebook.com/ostensjobydelsdager



26. mai

UNGFest Østensjø

Leker, konkurranser, åpen kiosk og mange ulike aktiviteter på området foran Manglerud ungdomshus. Kvelden avsluttes med stor utekonsert.
(Foto: Vegard N. Løvå)



3. juni

Barnas dag, fellesskapshuset/Misjonskirken på Abildsø

Her blir det mange aktiviteter for barna, og for hele familien! Bli med!

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 1-18"



Døpte

Casper Skramstad-Sundt
Sara Vestøl Estrella
Lino Nikolai Nygren Knudsen
Trevor Olsen Eidaker
Emilie Voldset
Embla Røhmer Yttervik
Hedda Nirina Øyen-Johnsen
Olivia Ragnes-Iversen
Amund Walgermo

Døde

Reidun Larsen
Grete Helene Marthinussen
Anna Elise Mathilde Olsen
Einar Christian Sommerfelt
Anita Ewald
Bersvein Reinhard Skomsø
Asmund Haave
Elsa Hansen
Elisabeth Ruud
Stein Fredrik Øhre
Kjell Andersen
Else Marie Taxt
Bodil Arnesen
Jorunn Svare
Leif Thommesen
Rolf Johannes Hoel
Björg Signe Skramstad
Marit Irene Skjeldal
Astri Oddvar Andersen
Astrid Grethe Finstad
Bjørn Aamodt
Irene Sørensen
Margot Olivia Hegg
Sigbjørn Berge
Sigvor Welo
Adele Elise Anderson
Rikke Grimrud
Arne Hatlem
Olav Øyvind Eidsvaag
Martha Alvilde Stakvik
Edel Eugenie Storli



Appelsin og kirkegang. Sogneprest Espen A. Hasle ønsker velkommen til påske i Manglerud kirke.

Foto: Lena S. Sandvik

Liv, død og kjærlighet!

Det er mange måter å feire påske på: Påskeegg, lammelår, appelsin på skitur og båtpuss. Vi ønsker i dette nummeret av Mangle-runden velkommen til påskens gudstjenester i Manglerud kirke (s 8).

Også i kirken er det mange lag av opplevelser. Du er velkommen til å oppleve vakker musikk, delta i godt fellesskap i benken, rundt bordet, og til å høre fortellingene om Jesu død og oppstandelse.

Jeg vil likevel oppfordre til å gå et steg dypere inn påskens drama. Ingen annen høytid inneholder på samme måte så mange eksistensielle elementer. Hva er våre livsvilkår som mennesker? Vi fødes og dør, vi svikter, hater og elsker. Alt dette rommer påsken. Den beste måten å virkelig leve seg inn i dette på, er å få med seg hele serien av gudstjenester:

Palmesøndag – med jubel og forventning. Skjærtorsdag – med fellesskap og svik. Langfredag – det dypeste mørke. 1. påskedag – livets seier over døden. Kom, hør og bli med på leting etter ord som kan skape gjenklang i livene våre.

Det er ikke så mange anledninger i en travel hverdag til å tenke gjennom de store spørsmålene. Hvorfor er vi her, hva er hensikten? Hvorfor lider barn i en grusom verden? Hva er godhet? Hva skaper liv og vekst?

Vi kan ikke love å ha alle svarene, men jeg kan ikke tenke meg noe bedre sted å starte, enn i dialog med påskens eksistensielle drama.

Med ønske om en god og viktig påske,

Espen Andreas Hasle
Sokneprest

Kontakt kirken

Ansatte: Sogneprest Espen Andreas Hasle, kapellan Kjetil Hauge, kapellan Anne Marie Lofthus Hindahl, trosopplæringsleder Ellen Tveita, menighetsforvalter Ole Kjetil Bø, kantor Sophia Blum, ungdomsarbeider Eva Thingbø, kirketjener Johnny Hagen.

Tlf: 23 62 99 42

Epost: post.manglerud@oslo.kirken.no

Nettside: kirken.no/manglerud

facebook

[facebook.com/
manglerudkirke](https://facebook.com/manglerudkirke)

Gudstjenester i tiden som kommer

18. mars kl. 11.00

Maria budskapsdag

Jer 33,14-17, Ef 1,3-6, Luk 1,46-55

Gudstjeneste med dåp og nattverd ved Kjetil Hauge. Dette er festdagen midt i fastetiden, hvor vi på en spesiell måte løfter fram Maria, Jesu mor. Mens naturen rundt vårjevndøgn igjen våkner til liv, feirer vi det spirende livet i Marias mage. Manglerud kirkes vokalgruppe synger bla *My tribute* og *Mary did you know*. Piano: Signe Marie Filtvedt, dirigent: Sophia Blum. Kirkekaffe. Takkoffer til Kirkens Nødhjelp.

25. mars kl. 11.00

Palmesøndag

Jes 56,6-8, Rom 3,21-26, Matt 26,6-13
Gudstjeneste med dåp og nattverd ved Anne Marie Lofthus Hindahl. Kirkekaffe. Søndagsskole. Takkoffer til menighetens misjonsprosjekt.

29. mars kl. 13.00

Skjærtorsdag

Jer 31,31-34, Hebr 10,19-25,
Luk 22, 14-23

Gudstjeneste med nattverd og påskemåltid ved Anne Marie Lofthus Hindahl. Kirkekaffe. Takkoffer til menighetens eget arbeid.

30. mars kl. 11.00

Langfredag

Gudstjeneste ved Espen Andreas Hasle.

1.april kl. 11.00

Påskedag

Jes 52, 7-10, Rom 14, 7-9, Matt 28,1-10
Høytidsgudstjeneste ved Kjetil Hauge. Kirkekaffe. Takkoffer til Det Norske misjonsselskap.

2. april kl. 18.00

2. påskedag

1 Mos 45, 1-15, 1 Pet 1,18-23,
Luk 24,36-45

Ungdomsgudstjeneste ved Kjetil Hauge. Band med Hugo Risdal, Andreas Haga og Sophia Blum. Takkoffer til Acta.

8. april kl.11.00

2. søndag i påsketiden

Jer 31,1-6, Apg 1,1-5, 1 Joh 5,1-5

Supersøndag med dåp og nattverd ved Espen A. Hasle. Barnas påskefest. Kirkekaffe. Takkoffer til menighetens barnarbeid.

15. april kl.11.00

3. søndag i påsketiden

Esek 34,23-31, Apg 3,12-21,
Hebr 13,20-21

Gudstjeneste med dåp og nattverd ved Anne Marie Lofthus Hindahl. Kirkekaffe. Takkoffer til Sjømannskirken.

22. april kl. 11.00

4. søndag i påsketiden

Jes 43,16-21, Apg 9,1-19, Åp 2,1-7
Speidergudstjeneste med nattverd og dåp ved Kjetil Hauge. Speidere fra Bryn KFUK-KFUM deltar i gudstjenesten med blant annet markering av St. Georgsdagen. Kirkekaffe. Takkoffer til Østmarkskapellet.

29. april kl. 11.00

5. søndag i påsketiden

1 Kong 17,8-16, Apg 2,42-47, Rom 12,1-3
Tårnagentgudstjeneste med nattverd og dåp ved Espen Andreas Hasle. Kirkekaffe. Takkoffer til menighetens eget barnarbeid. Band med Hugo Risdal, Andreas Haga og Sophia Blum.

6. mai kl. 11.00

6. søndag i påsketiden

Dan 9,17-19, Apg 4,23-31, 3 Joh 11
Gudstjeneste med nattverd og dåp ved Anne Marie Lofthus Hindahl. Kirkekaffe. «Be, så skal dere få. Let, så skal dere finne» står det i Matteusevangeliet som vi hører denne dagen. I tillegg til dette gode budskapet, er messeleddene denne dagen byttet ut med vakker musikk av Josef Rheinberger. Manglerud kirkes vokalgruppe synger, Sophia Blum er dirigent. Sebastian Wemmerløv og Ingrid Schank deltar på piano og cello. Takkoffer til menighetens eget arbeid.

10. mai kl. 11.00

Kristi himmelfartsdag

Dan 7,13-14, Apg 1,1-11, Rom 10,6-10
Gudstjeneste med dåp av konfirmanter ved Kjetil Hauge. Takkoffer til menighetens eget arbeid.

13. mai kl.11.00

Søndag før pinse

Sak 14,6-9, Åp 21,22-27, Joh 3,16-21
Supersøndag med dåp og nattverd ved Kjetil Hauge. Kirkekaffe. Takkoffer til Kirkens Bymisjon.

20. mai kl. 11.00

Pinsedag

1 Mos 1,1-5, 1 Kor 12,12-13, Joh 14,15-21
Misjonsgudstjeneste med dåp og nattverd ved Espen Andreas Hasle. Kirkekaffe. Takkoffer til menigh. misjonsprosjekt.

27. mai kl. 11.00

Treenighetssøndag

1 Mos 18,1-8, Rom 11,33-36, Luk 10,21-24
Supersøndag med dåp og nattverd ved Kjetil Hauge. Barnas pinsefest. Gruppe fra Abildsø skolekorps deltar. Kirkekaffe. Takkoffer til menighetens barnarbeid.

3. juni kl. 11.00

2. søndag i treenighetstiden

Salme 67,2-6, Gal 3,23-29, Joh 3,26-30
Bydelsgudstjeneste i Misjonskirken på Abildsø.

10. juni kl. 11.00

3. søndag i treenighetstiden

Jes 50,4-5, Rom 8,28-30, Joh 1,35-51
Forbønnsgudstjeneste med nattverd ved Anne Marie Lofthus Hindahl og Prost Eigil Morvik. Abildsø Bygdekorps deltar med sang. Kirkekaffe. Takkoffer til Den Norske Israelsmisjon.

17. juni kl. 11.00

4. søndag i treenighetstiden

Jos 24,19-24, Ef 2,1-10, Matt 16,24-27
Supersøndag med nattverd og dåp ved Espen Andreas Hasle. Sommeravslutning for familiearbeidet. Kirkekaffe. Takkoffer til KFUK-KFUM.

Tre om ...

... hva mangler vi på Manglerud?



**Rolf Nikolaisen,
Abellund borettslag**

– Det er ikke mye vi mangler. Vi har turen rundt vannet, fotball og ishockey. Det må være DNB-filialen på Manglerud senter. Den savner jeg.



**Cecile Lindberg, jobber på
Hos Gyda på Manglerud senter**
– Et bibliotek kunne nok vært bra for barn og unge. Da kunne de henge der, heller enn på senteret.



**Ingerid Bølstad,
Ekebergskrenten**
– Jeg savner en ordentlig kafé. En som ikke er på senteret. En kafé ville gitt følelsen av å bo i by, ikke bare i nærheten av et kjøpesenter.



Går du i 2. eller 3. klasse?

... og har du lyst til å klatre i kirketårnet eller gjøre andre spennende oppdrag i Manglerud kirke? 28. - 29. april inviteres du i tilfellet til tårnagenthelg!

I løpet av helgen skal oppdrag og mysterier løses. Kirken, tårnet og klokkene skal utforskes. Du skal bo hjemme, men være i kirken både lørdag og søndag.

Det blir en spennende helg med hemmelige oppdrag, og det hele avsluttes med gudstjeneste for hele familien og resten av menigheten.

Husk å melde deg på i forkant via nettsiden: kirken.no/manglerud
Ansvarlig: Ellen Tveita et763@kirken.no



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