

# Godt nytt

fra Østenstad  
menighet

Juni 2019



Stiller til valg: Jon Harald Hoff

**– Vi må gjøre det som skal til for at kirken blir førstevalget** *Se side 6*



**Listetopp Katinka Torkildsen:**

– Jeg vil gi noe tilbake.  
*Se side 3*



**Menighetspedagog Elin Oveland**

– Vi trenger ulike mennesker å speile oss i.  
*Se side 4-5*



**Katharina Frogner Kockum:**

Operasanger og ny menighetspedagog i Østenstad  
*Se side 5*



**Ønsker du dåp?**

Meld barnet eller deg selv til dåp gjennom [minkirkeside.no/asker](http://minkirkeside.no/asker)



Leder:

# Å gjøre gode valg

Østenstad menighet

Adresse:  
Gudolf Blakstadsvei 40  
1392 Vettre

Tlf: 66 79 99 60

E-post: ostenstad.menighet.  
asker@kirken.no

Hjemmeside:  
www.kirken.no/ostenstad  
Kontakt menighetens ansatte på  
telefon eller e-post gjennom vår  
hjemmeside

Åpningstid:  
Mandag - fredag kl. 9 - 15

Godt nytt fra Østenstad  
menighet utgis av Østenstad  
menighet,  
Den norske kirke.

Redaktør:  
Astrid Sætrang Morvik  
(sokneprest):  
am762@kirken.no

Grafisk design:  
Karen Marie Eien Lillesund

Trykk:  
Asker Print AS

Opplag: 6000  
Fem utgivelser per år.  
Abonnement: Gratis.  
Frivillige bladpenger.  
Bankgiro 1620 30 85242  
Utensoknsabonnement:  
Kr. 100 per år.

Annonser:  
Kontakt oss på  
tlf. 66 79 99 60



Summen av småvalgene i hverdagen har en effekt på hva vi får ut av dette livet. Andre valg er så store, så avgjørende at vi nesten skulle ønske vi slapp å ta dem. Men vi må.

For å sitte på gjerdet og dingle med bena er også et valg. Uansett hvor vi snur oss, slipper vi ikke unna. Men hvordan skal vi kunne vite hva som er et godt og et riktig valg? Og hvorfor er det sånn at vi tar dårlige valg til tross for at vi kanskje burde vite bedre?

Vi må finne en retning for valgene våre. Hvilke verdier setter vi høyest, hva tror vi

på og hvilke grenser har vi? Når vi har funnet svar på slike spørsmål, får vi plutselig noen rettesnorer her i livet. Da oppdager vi at mange valg blir mye enklere, og at det er mange ting vi rett og slett kan velge bort.

I *Godt nytt fra Østenstad menighet*, vil du denne gangen kunne lese om en av kandidatene, Jon Harald Hoff som står på valg til menighetsrådet i neste 4-års periode. Han har valgt å bruke av sin tid og kunnskap inn i en viktig oppgave. I menighetsrådet gjøres mye arbeid for nærmiljøet samtidig som det er lovpålagte oppgaver å utføre. Vi kan nevne miljø og rettferdighet, gudstjeneste, musikk, misjon, barne- og ungdomsarbeid, samt jus og økonomiforvaltning. Østenstad menighet takker samtidig alle dere som har sittet i menighetsrådet i denne perioden (2015-2019) for alle gode innspill og gjennomførte tiltak for menigheten.

En annen som har tatt et stort valg, er vår kjære menighetspedagog Elin Oveland som har sagt opp sin stilling og skal flytte til

Kristiansand med familien sin. Østenstad menighet er utrolig takknemlig for den store og gode jobben Elin har gjort for Østenstad menighet. Hennes kunnskap, kreativitet, gode humør og omtanke for andre mennesker har beriket alle hun har møtt på sin vei.

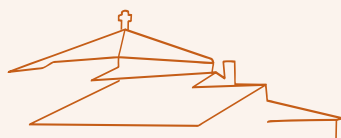
Vi takker for innsatsen og ønsker henne og familien Guds velsignelse over alt som ligger foran av spennende prosjekter.

Samtidig ønsker vi velkommen til vår nye menighetspedagog Katharina Frogner Kockum. Hun er ei flott dame med hjerte for barn og unge. Hun ser hver enkelt og finner potensialet til hvert enkelt barn/ungdom hun arbeider med. Hun er utdannet som sanger/musiker med master i klassisk sang og i opera. I tillegg har hun studert drama og kunst. Katharina kommer nå fra en stilling som lærer i kulturskolen i Røyken. Hun tiltrer sin stilling 1. august, og vi ønsker henne hjertelig velkommen inn i staben og menigheten vår i Østenstad.

Jeg ønsker deg som leser dette, lykke til med alle dine små og store veivalg som du har gjort og gjør i ditt liv. De valgene vi tar vil få konsekvenser for oss og omgivelsene våre på godt og vondt. Jon Harald, Elin og Katharina har hver på sin måte tatt noen valg som vil få konsekvenser i deres liv, konsekvenser som forhåpentligvis beriker og utvikler dem på hver sin måte.

Lykke til med valgene deres!

Liv Ruud  
Daglig leder i Østenstad  
menighet



**BYGG ØSTENSTAD  
KIRKE FOR  
FREMTIDEN!**

Med faste givere, får kirken en bedre og mer uavhengig økonomi å møte fremtiden med.

Østenstad kirke lønner i dag ungdomsarbeidere, diakon, kordirigent og barnearbeider av innsamlede midler.

Du kan registrere deg som fast giver på [kirken.no/ostenstad](http://kirken.no/ostenstad)

**Gi en enkeltgave?**  
VIPPS til 15370 eller bruk kontonummer 1620 30 85242 og merk innbetalingen: **GAVE**

# Det skjer i kirken:

Les mer om kirkens mange aktiviteter på vår hjemmeside: [kirken.no/ostenstad](http://kirken.no/ostenstad). I denne spalten vil vi presentere én aktivitet hver gang. Denne gangen presenterer vi:

## Kirkevalget 9. sep. 2019

### GLAD I KIRKEN, STILLER TIL VALG

Nominasjonskomiteen melder om en tung prosess frem mot målet som er å presentere en kandidatliste på minst 13 kandidater.

- At perioden er på hele fire år, gjør nok at mange har kvidd seg. Likevel; når listen nå er klar, er valgstyret godt fornøyd! Vi har fått en god liste med mange spennende og dyktige kandidater, uttaler valgstyrets leder, Per Johannes Helgebostad.

Til menighetsrådet i Østenstad skal det velges åtte faste kandidater og fem varamedlemmer. Da fristen for å nominere gikk ut, manglet fortsatt to personer på listen. De nødvendige to er nå etternominert: Øystein Løvdal Knutsen (38) og Solveig Bruun (73). Alle kandidatene blir presentert i august-nummeret av menighetsbladet.

#### **Katinka Torkildsen: - Jeg vil gi noe tilbake**

Katinka bor i Vollen og er av valgstyret plassert på toppen av listen.

- Jeg ville si ja til å stille fordi jeg er glad i kirken. Barna mine er døpt i Østenstad kirke og vi har deltatt i ulike barne- og familieaktiviteter med ujevne mellomrom helt siden vi flyttet til Vollen i 2013. I tillegg synger jeg i Østenstad sangeri, noe som har betydning og betyr mye for meg. Jeg synes det å stille til valget er en fin anledning til å gi litt tilbake, svarer Katinka på spørsmål om hvorfor hun stiller til valg.

- Det er jo også litt morsomt at jeg mottok 4-årsboken min i Østenstad kirke i 1984. Da bodde familien min i Husejordet på Blakstad. Vi flyttet til Røyken rett etterpå, så jeg må si at Asker og Hurum er heldige som får Røyken med på laget, legger trettiniåringen til med et smil.

- Du har barn i barnehagen her, har det noe å si for ditt forhold til menigheten?

- Ja, det vil jeg si. Jeg blir jo automatisk mer kjent med livet i kirken og opplever Østenstad som en aktiv kirke, med fellesskap og aktiviteter for alle aldersgrupper. Dette synes jeg er viktig. Gode sosiale fellesskap som kan gi glede, trygghet, mestring og samhold er viktig.

- Er det noe du har lyst til å jobbe spesielt for i menighetsrådet?

- Vi blir jo snart en ny kommune, Nye Asker. Det å bli kjent med de andre menighetene i denne nye kommunen synes jeg er

*Katinka Torkildsen er listetopp til menighetsrådsvalget i Østenstad.*



viktig. Da tenker jeg både på menigheter i den norske kirke, men også på frimenigheter. Et slikt samarbeid kan for eksempel gi nye muligheter til å gjøre en positiv forskjell for innbyggerne i Nye Asker. Det å bli kjent med andre menigheter og nye mennesker skaper rom for blant annet forståelse, toleranse, inkludering, utvikling, læring, åpenhet og positivt samhold. Mulighetene er mange!

### Disse stiller til menighetsrådsvalg i Østenstad menighet:

1. Katinka Thorkildsen (39)
  2. John Kristian Stranden (71)
  3. Marianne Riis Rasmussen (59)
  4. Per Johannes Helgebostad (67)
  5. Kari Hauge (70)
  6. Kjetil Jerico Aarskog (20)
  7. Jon Harald Hoff (35)
  8. Jan Duvaland (70)
  9. Karsten Bakke (20)
  10. Kjersti Gjerdrum (64)
  11. Kjell Gunnar Kvamme (59)
- Suppleanter: Øystein Løvdal Knutsen (38) og Solveig Bruun (73)



Elin Oveland:

# Vi trenger ulike mennesker å speile oss i

*Tekst og foto: Astrid Sætrang Morvik*

Etter ti år som menighetspedagog i Østenstad menighet, avslutter Elin Oveland sin tjeneste i menigheten i august. Hun flytter med ektemannen Ivar og de to døtrene Oda (6) og Olivia (2) til Kristiansand i løpet av sommeren.

Elin har satt mange og gode spor etter seg som en blid og ekte jente med et stort hjerte for Jesus og menighetsliv. Med sin sterke faglige bakgrunn både innen drama og kristendom, har hun vært en ener i å formidle det kristne budskapet på en engasjert måte for barn i alle aldre.

- Jeg er glad for at jeg har bidratt til å lage en trosopplæringsplan for barn fra 0 til 18 år, sier Elin, når hun skal oppsummere tjenesten sin.

- Den er jeg stolt av og den kan Østenstad menighet være stolt av fordi den lager gode møtepunkter for barn og unge med kirken. Jeg er også glad for at jeg har vært med på å opprettholde søndagsskolen i menigheten, og for å ha bidratt i musikalarbeidet med ungdommen.

De siste seks årene har den kreative menighetspedagogen hatt ansvaret for å skrive og regissere konfirmantmusikaler. Hun er glad i sang og musikk, og sørlandsjenta som tilbrakte mye av barndommen på bedehuset, kommer gjerne syngende inn gjennom kirkedøra om morgenen. Bedehussangene kan godt tulle litt med, men det finnes også et dypt alvor bak: - Jeg har nok bidratt med en kristen inderlighet og frimodighet som var uvant for ungdomsmiljøet her. Jeg kan snakke høyt om Jesus, jeg kan synge og be. «Det hjertet er fullt av, taler munnen», reflekterer

hun.

- Har dette hatt smitteeffekt på ungdommen i Østenstad?

- Ja, på noen, de som har speilet seg i meg. Slik er det i en menighet; vi trenger ulike mennesker å speile oss i.

- Men det er vel riktig å si at du formidler en glad, kristen tro?

- Ja, jeg har ikke så mange bekymringer innenfor troen.

Litt bekymringer brakte hun likevel med seg allerede det første året da hun lanserte idéen om en klatrevegg på kirkeveggen.

- Det var et forsøk, og det var den andre eller tredje kirken i landet som fikk klatrevegg. Den har ikke blitt så mye brukt

**« – Jeg har et inderlig ønske om at menigheten skal fortsette å ta imot barn og unge med åpne armer og hjelpe dem til å bli nysgjerrige på egen tro.»**

som jeg hadde håpet, men det har vært gøy for meg og for ungdommen, smiler Elin.

- Men du har også engasjert deg for bønnearbeidet i menigheten?

- Ja, jeg er glad og takknemlig for å ha vært med på å opprettholde den. Dette er en liten og trofast gruppe som gjør et viktig arbeid i menigheten!

Elin er på jobbsøk i Kristiansandsområdet, og kompetanseområdet hennes er stort. Med ansvaret for trosopplæring fra 0 til 18 har hun prøvd ut mange konsepter:

## Sommertur for eldre i Østenstad og Heggedal mandag 26. august 2019



Årets sommertur i regi av Heggedal/Østenstad menighets seniorarbeid går i år til Lørenskog kirke og serveringsstedet Sanngrund ved Skarnes mandag 26. august 2019. Serveringsstedet har utsikt til Glomma og ligger i Hedmark fylke like ved grensen til Akershus.

Hva skjer på sommerturen?

**Lørenskog kirke:**

Andaktsstund, boller og kaffe, info om kirken og menigheten

**Sanngrund:**

Middag og kaffemat, orientering om stedets historie og mulighet til å rusle litt rundt i vakker natur.

Allsang, åresalg og trekning.

Påmeldingsfrist tirsdag 20. august til diakon Jarle Klunghaug på mobil 91 36 88 03 fra 1. august.

Pris kr. 400





- Jeg har fått fri tøyler og gjort det jeg har hatt lyst til, forteller Elin, og trekker fram tre «hjerterbarn»:

- Babyteater er jeg stolt av å ha utformet. Det er en form som fungerer fint for de minste. *Dig Deeper* (klubb for 10-13-åringer, *red.anm.*) er jeg også stolt av, fordi vi har klart å se og favne så mange barn som tydelig har trengt det. Babysang er jeg også glad for, fordi det har vært så populært.

- *Er du bekymret for hva som skjer med prosjektene dine når du forlater Østenstad?*

- Om noe legges ned etter meg... - det har jeg ro for. «Gud gjør alle ting nye,» smiler Elin underfundig. - Jeg har et inderlig ønske om at menigheten skal fortsette å ta imot barn og unge med åpne armer og hjelpe dem til å bli nysgjerrige på egen tro. - Og så må dere fortsette å være snille med de gamle, legger hun til med et smil.

Menigheten får anledning til å ta avskjed med den populære menighetspedagogen på gudstjeneste og kirkekafe søndag 16. juni. Vel møtt til små og store!

### Ny menighetspedagog

Katharina Frogner

Kockum er fra 1. august ny menighetspedagog i Østenstad menighet. Hun har utdannelse som sanger/musiker med master i klassisk sang og master i opera, har studert coaching og familierapi, samt drama og kunst. Katharina kommer fra Sverige og bor på Nærnes med mann og barn.



## ØSTENSTAD MENIGHETSBARNEHAGE

Ledige plasser for barn 1-6 år.

Åpningstider: 7.30–17.00.

TRYGGHET og LÆRING gjennom

- LEK, FYSISK AKTIVITET og GODE RELASJONER
- ÈN AVDELING
- STABILT PERSONALE
- NATURLIG OG STORT LEKEOMRÅDE

VÅR VISJON ER:

GLADE, TRYGGE BARN I GUDS FRIE NATUR!

Les mer på [www.ostenstadmenighetsbarnehage.no](http://www.ostenstadmenighetsbarnehage.no)





Jon Harald Hoff (35):

## – Vi må gjøre det som skal til for at kirken blir førstevalget

Tekst og foto: Astrid Sætrang Morvik

Yrke: Produsent (reklamebransjen)  
Gift med Inger Therese  
Barn: Harald (4) og Sonja (snart 2)  
Aktuell: Kandidat til menighetsrådsvalget  
9. september

Mens våren springer ut med kirsebærblomstring og hvitveis, forteller Jon Harald om året som ligger bak, et år sterkt preget av alvorlig sykdom hos det minste barnet. Rikshospitalet ble familiens annet hjem gjennom mange måneder. Høsten var tøff og familien måtte flere ganger se døden i hvitøyet, men mot alle odds er sykdommen slått tilbake, og den snart to år gamle jenta er nå på full fart inn i sin andre sommer.

- Og midt oppi alt dette sier du ja til å stille til menighetsrådsvalg?

- Jeg gjorde litt *research* og fant ut at et menighetsrådet er som et vanlig styre, bare at det er sykt mange og lange møter!

Kristiansandsgutten er tydelige på hva han mener om lange møter. Med to barn under fem år og et tredje på vei, og med et firma han er i ferd med å bygge opp, er tid en knapphetsressurs. Å ta ansvar i sin lokale menighet, er likevel ikke unaturlig for 35-åringen.

- Jeg vokste opp i en arbeidskirke som likner veldig på denne, den samme mursteinstypen til og med! Voie kirke i Kristiansand hadde et veldig godt ungdomsmiljø, og man hang på ungdomsklubben i kirken på fredagene selv om man ikke var kristen. Jeg har mange gode minner fra den tiden.

Som ung voksen fant Jon Harald veien til *Sub Church* i Oslo.

- Det er en økumenisk (tverrkirkelig) samling av «byens løse fugler», spøker Jon Harald.

- Det var en plass hvor man virkelig kunne slappe av og være seg selv hundre prosent. Dit søkte unge mennesker på bakgrunn av interesse. Folk reiste gjerne et stykke for å møtes. Det eneste man hadde felles var troen – som også kunne være nokså mangfoldig. Men Østenstad kirke er en kirke for nabolaget. Kanskje blir det en mer homogen gruppe, undrer Jon Harald.

For fire år siden flyttet familien til Erlands vei, et steinkast fra Østenstad kirke, og det ble naturlig å prøve ut menighetens tilbud til barnefamilier. Familien har også feiret dåp i sin lokale kirke.



- Som medlem av menighetsrådet, er det noe du ønsker å få gjennomført?

- Først må jeg få en oversikt over hva som skjer i kirken, i ungdomsarbeidet og barnearbeidet. Det er sikkert mye som er bra allerede, men alt kan bli bedre. At menighetsrådet endret åpningstidene i menighetsbarnehagen, var bra, men det skulle skjedd for lenge siden. Da hadde vi kanskje valgt den for barna våre.

Som 35-åring er Jon Harald kanskje typisk for sin aldersgruppe: Han er opptatt av tilbudet til barna, men opplever ikke at kirken har et tilbud som trekker ham til kirken, ut over det som gjelder barna.

- «Tirsdagsmiddagen» er et eksempel på en arena hvor man kommer på grunn av barna. Vi som har småbarn gjør alt for barna våre, men når man kommer i den alderen at man ikke lenger følger barna på aktiviteter i kirken, blir det kanskje ikke så naturlig å komme lenger.

- Så når man vil gjøre noe for seg selv, er ikke kirken førstevalget?

- Nei, men da må vi kanskje gjøre det som skal til for at kirken kan være førstevalget også for aldersgruppen 30-50, mener Jon Harald, en av kandidatene til årets menighetsrådsvalg.

## Pilegrimsgudstjeneste på Løkenes 23. juni

Den årlige vandringsgudstjenesten på Løkeneshalvøya legges i år opp med poster inspirert av «Pilegrims vandring», John Bunyans berømte roman fra 1678/1684.

Boken ble en suksess i sin tid, og godt likt for sin folkelige prosa. En tid var det kun Bibelen som ble lest mer.

Margareth Rustad som sammen med ektemannen Michael stiller Løkenes gård til disposisjon for vandringsen, har tilrettelagt vandringsen til poster med navn fra romanen: Forfengelighetens marked, Motløshetens myr og Dødsfuglens dal osv. Vandringsen starter kl. 11.00 på parkeringsplassen ved Spiradammen. Sokneprest Astrid Sætrang Morvik leder vandringsen på det naturskjønne området til Løkenes gård. Avslutningen blir ved våningshuset hvor kaffe og te blir servert. Ta gjerne med egen niste.

# Tro & liv

Andakt av prost Tor Øystein Vaaland

## VÅR VERDEN

Nylig kjørte jeg gjennom Østerdalen. Løvtrærne hadde fått et skinn av det grønne, et par uker etter Asker, og noen steder så jeg rester av snø i skyggene.

Ja, norsk vår åpner landet, til det maiglade rødt, hvitt og blått. Og det grønne. Vi ser blader som folder seg ut, og nyter milde kvelder med bikkja på kveldstur. Vi kjenner eimen av våt jord, og stirrer forbløffet på en løvetann som sprenger hard asfalt.

I bilen i Østerdalen, eller på kveldsturen hjemme, tenker jeg at bakenfor idyllen, er naturen truet. Jeg tror på alvorsordet om en menneskeskapt klimakatastrofe, og strever samtidig med å få øye på den. Våren er jo vakker, og treet skinner.

Den håpefulle sommersalmen styrker bildet: «Så grønn en drakt, så rik en duft / har smykket dal og enger! / Nu strykes ømt av lys og luft / de fagre urtesenger. / Hør lundens sus og bekkens brus / forkynne hva som kommer: / Omsider blir det sommer!»

Men er det sant at sommeren kommer? Ja, det vil jeg tro.

Men for et paradoks, for dem av oss som også tror at mennesket ikke bare er i ferd med å fjerne regnskog og artsrikdom, men også livsgrunnlaget mange steder på kloden.

Hva skal vi gjøre? Som kirke skal vi våge å «være politiske» i den forstand at vi forkynner Guds skaperverk, og løfter frem at den er til låns. At den faktisk skulle overgis i god stand til våre barn og deres barnebarn. Så kan jeg lengte etter modige journalister som med selvfølgeligighet setter «grønne» premisser i intervjuene. Og ikke minst, folkevalgte ledere i posisjon som våger å si at noe fundamentalt må endres i denne forbrukende og vekstdyrkende verden.

Som kirke forkynner vi fremfor noe håpet, når håpet kjennes fjernt.

Derfor fikk jeg lyst til å dele Tor Jonssons dikt

«Fattig ynnske»:

Var eg ein Gud,  
ville eg skapa  
ei stillare verd.  
Der skulle alle elske.  
Var eg ein Gud,  
ville eg skapa  
kjærleik og død,  
Berre kjærleik og død.

**Sjøstrand Gartneri**  
www.sjostrand-gartneri.no  
tlf 66798824



# Slekters gang

## ⦿ Dåp

31. mars  
Melanie Haga

7. april  
Aksel Skaar  
Caspian Viljander Lenes  
Belstad

5. mai  
Henrik Rostad Mæhlum  
Oliver Delapina Jørgensen

12. mai  
Gaute Ryen Aasen

## † Gravferd

5. mars  
Odmund Karlsen

3. april  
Bjørn Erik Andresen

5. april  
Oskar Sigurd Knutsen

9. april  
Elsie Margrethe Dambo

12. april  
Gunnar Rolf Tornøe

30. april  
Jan Erik Fossnes

2. mai  
Jan Thon

7. mai  
Kirsti Amundsen Mørk

**Asker Elektriske a/s**  
Tlf: 66 98 70 30

**SAGA**  
BEGRAVELSESBYRÅ

Begravelse til riktig pris

Vi har prisgaranti på våre tjenester. Det sikrer deg den beste prisen, uten at det går på bekostning av service og kvalitet. Vi ordner alt det praktiske og er tilgjengelig hele døgnet. Hos oss er du i trygge hender.

Telefon: 4000 2460  
sagabegravelse.no

**S**  
**GRAVSTENER**  
ASKER - BÆRUM - OSLO

- Distriktets største utvalg
- Flere hundre sten utstilt
- Alle prisklasser, gratis katalog
- Se også vår hjemmeside

**SETTEM**  
**STENINDUSTRI AS**  
Tlf. 67 80 21 00  
Skollerudvn. 135, Lommedalen

**www.settem.no**  
-10% rabatt ved henvisning til annonsen

## Ny inskripsjon på gravstein kr 5800,-

Ny inskripsjon til fast lav pris.  
Vi tilbyr også vedlikehold og oppussing.  
Stor utvalg av nye gravsteiner  
Ring oss på telefon 4000 2448

**GRAVSTEIN24**

gravstein24.no

- en del av Ellingard Gruppen



Margareth og Michael Rustad stiller vakre Løkenes gård til disposisjon for vandringsgudstjenesten 23. juni.

Foto: Karl Braanaas



# Gudstjenester i Østenstad kirke

09.06. – 11.08. 2019

Gudstjenestene starter kl. 11.00 hvis ikke annet er angitt. Endringer kan forekomme. Les mer om den enkelte gudstjeneste på [kirken.no/ostenstad](http://kirken.no/ostenstad)

## 9. juni, Pinsedag

Prest: Astrid Sætrang Morvik  
Offer: Misjonsalliansen

## 16. juni, Treenighetssøndagen

Misjonsgudstjeneste og  
avskjed med menighetspedagog  
Elin Oveland  
Prest: Audun Vad Petersson  
Offer: Sykehuset i  
Okhaldhunga  
Søndagsskole

## 23. juni, 2. søndag i treenighetstiden

Pilegrimsgudstjeneste på  
Løkenes  
Se egen annonse s. 6  
Prest: Astrid Sætrang Morvik

## 30. juni, 3. s. i treenighetstiden

Prest: Astrid Sætrang Morvik  
Offer: KRIK

## 7. juli, 4. s. i treenighetstiden

Prest: Audun Vad Petersson  
Offer: Menighetens arbeid

## 14. juli, 5. s. i treenighetstiden

Prest: Astrid Sætrang Morvik  
Offer: Wycliffe

## 21. juli, 6. s. i treenighetstiden

Prest: Astrid Sætrang Morvik  
Offer: Mission Aviation  
Fellowship

## 28. juli, 7. s. i treenighetstiden

Prest: Gunstein Vetrhus  
Offer: Søndagsskolen Oslo/  
Akershus krets

## 4. august, 8. s. i treenighetstiden

Prest: Audun Vad Petersson  
Offer: Menighetens arbeid

## 11. august, 9. s. i treenighetstiden

Ingen gudstjeneste i Østenstad  
Se Asker eller Holmen  
menighet

## Min favorittsalme



Ellen Østeby  
Sykepleier

Ellen ble utfordret av Morten William Jancey, og skriver:

«En av mine favorittsalmer er Lina Sandell sin «Blott en dag». Den synger jeg som trøst, oppmuntring og bønn. Denne salmen synger jeg for å minne meg selv på at Gud har lovet oss kraft i forhold til utfordringer og oppgaver, og for ikke å bekymre meg for mye. Jesus sier at vi ikke skal bekymre oss for morgendagen. Det er veldig fort å bli bekymret...! Ikke alt kan jeg fikse selv, og jeg har slettes ikke full kontroll på alt.... Så når Lina Sandell forsterker det med «et øyeblikk om gangen», er jeg med!

Denne våren har jeg trengt det i forhold til jobb, foreldre og mer. Da jeg var ung og gikk i Skolelaget, og gikk en del alene til og fra møter, begynte jeg å lære meg salmer utenat. Når man synger, får man et annet fokus enn at man er alene. Oppfordrer gjerne andre også til å lære salmer utenat, hvis de ikke alt har begynt med det, da. Det er vel slik at det man har pugget av salmer, det sitter selv når man blir eldre, og ikke er så klar. Håper jeg da kan synge med selv, selv om korttidsminnet svikter!

Jeg utfordrer navnesøsteren til Lina Sandell, nemlig Lina Engeland som nestemann i salmestafetten.»

Ellens favorittsalme står i Norsk Salmebok på nr. 489.

Blott en dag, ett ögonblick i sänder,  
vilken tröst vad än som kommer på!  
Allt ju vilar i min Faders händer,  
skulle jag, som barn, vel ängslas då?  
Han som bär för mig en faders hjärta,  
giver ju åt varje nyfödd dag  
dess beskärde del av fröjd och smärta,  
möda, vila och behag.

Självt han är mig alla dagar nära,  
för var särskild tid med särskild nåd.  
Varje dags bekymmer vill han bära,  
han som heter både Kraft och Råd.  
Att sin dyra egendom bevara,  
denna omsorg har han lagt på sig.  
”Som din dag, så skall din kraft och vara,”  
detta löfte gav han mig.

Hjälpt mig då att vila tryggt och stilla  
blott vid dina löften, Herre kär,  
ej min tro och ej den tröst forspilla,  
som i ordet mig förvarad är.  
Hjälpt mig, Herre, att vad helst mig händer,  
taga ur din trogna fadershand  
blott en dag, ett ögonblick i sänder,  
tills jag nått det goda land.

Tekst: Lina Sandell 1865, 1872  
Melodi: Oscar Ahnfelt 1872

**Vollen Apotek**  
Tlf 66 98 89 00   
Åpningstider 9-17 (10-16)  
Lik «Vollen Apotek» på Facebook og vær med  
i trekninger av flotte gaver!

**AR AKTIVT**  
**renhold**   
T: 67 12 18 17