

Manglerunden

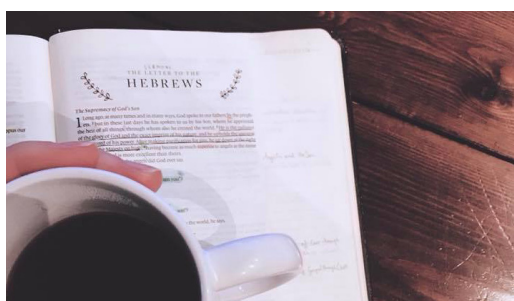
Lokalblad for Manglerud menighet

Nummer 1/2020 • Årgang 54



4 Nei til narkotika

Manglerud Star setter i mars måned ekstra fokus på kampanjen "Bry Deg – si nei til narkotika" i samarbeid med politiet.



13 Gudstjeneste for unge voksne

For å favne ulike aldersgrupper inviterer Manglerud Kirke til gudstjenester som er spesielt rettet mot unge voksne.



15 Påskens drama i mange farger

Her finner du en oversikt over kirkens gudstjenester i påsken. Samt en forklaring rundt påskens fiolett-og hvit-farge.



10 Ønsker du forbønn?

I perioder av livet kan det kjennes godt å vite at noen ber for oss. Det kan være en lettelse å slippe å gå alene med bekymringer for seg selv eller andre man bryr seg om. Mange forteller at de har fått hjelp gjennom forbønn.

DIN LOKALMEGLER



PRIVATMEGLEREN
PANORAMA MANGLERUD

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

Redaktør:

Maria Harlan

Bidragstere i dette nummeret:

Maria Harlan
Kamilla Lunde
Kjetil Hauge
Birgit Heimdal Villumstad
Ellen Tveita
Else Storaas Vatne
Stein Villumstad

Design: Maria Harlan

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

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

[2 Manglerunden]

Menighetsrådsleder:

Full rulle denne våren...

Mens vinteren har glimret med sitt fravær ute, har jeg de siste ukene ligget på sofaen totalt utslått av årets influensa. Om ikke annet fikk jeg en påminnelse om at hverdagen er ganske fin. For selv om det kan være godt med en pause, tok det ikke mange dager før jeg savnet både førsteklasingene på jobb og rutinene i Manglerud kirke. Jeg håper du er frisk og setter pris på hverdagen!

I kirka er det hvert fall full rulle og i begynnelsen av februar innsatte vi Kjetil Hauge som ny sogneprest i Manglerud. Det var en flott dag og jeg, som mange andre, er glade og takknemlige for alt Kjetil gjør hos oss. Men som ny sogneprest betyr det også at Kjetils gamle kapellanstilling er ledig. Den ligger allerede utlyst, så tips gjerne aktuelle kandidater.

Nå som våren nærmer seg og influensasesongen forhåpentligvis avtar, vil jeg ønske velkommen til et spennende Gudstjenesteprogram fremover. Påsken er alltid et høydepunkt. Om du som meg har tenkt deg på fjellet, kan du rekke Ungdommens påsegudstjeneste på kvelden 2. påskedag. Jeg vil også anbefale vår unge voksne-gudstjeneste 19. april og fellesgudstjeneste med Etioperne 24. mai. Les mer om gudstjenestene bak i bladet.

Vår betyr også den årlige medarbeiderfesten. Kirka hadde ikke fungert uten deg som koker kaffe, leder barnegrupper eller deler ut bladet du holder i hendene nå. Så 22. april ønsker vi å takke deg. Jeg håper du setter av kvelden og lar oss få vise hvor stor pris vi setter på innsatsen din!

Tilslutt vil jeg ønske deg fine vårdager (og hverdager) og husk at du er hjertelig velkommen i Manglerud kirke!

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 1-20"



Medarbeiderfest 22.april



Kirken inviterer til medarbeiderfest

22.april inviterer kirken deg som koker kaffe, leder barnegrupper, deler ut Manglerunden, ber for menigheten eller bidrar på andre måter til medarbeiderfest.

De som takkes med en overraskelse

Her er dagens gåte: Hva er mangfoldig som blomster på en blomstereng, flittig som maur i en maurtue, verdifullt som vann i en ørken og består av 123 enheter?

Svaret er: Flokken av frivillige i Manglerud menighet! Noen har telt dem opp og skrevet dem inn i en årsrapport. Om det er nyttig arbeid, kan sikkert diskuteres, men det de frivillige gjør, det er nyttig, det!

Noen er ledere i barne- og ungdomsarbeidet. De klatrer i kirketårnet sammen med tårnagentene og holder nattevåk sammen med konfirmantene på sommerleir. Noen lager mat på suptirsdager og baker kaker, og baker kaker, og baker kaker, før de vasker ned kjøkkenet i kirkens 1. etasje og vasker over stolene i kirkerommet. Noen går med menighetsblad, noen besøker dem som trenger besøk, noen lager julefest og noen deler ut salmebøker og ønsker velkommen til gudstjeneste. Og noen skriver visst i menighetsbladet, også.

De kalles medarbeidere. Eller frivillige. Eller dugnadsfolk. Men de er bare vanlige mennesker som er glade i menigheten sin og stiller litt av sin tid til disposisjon fordi det oppleves meningsfullt.

Menighetsrådet vil gjerne takke disse uunnværlige kirkens venner, og det gjøres med en medarbeiderfest hver vår. I år arrangeres den onsdag 22. april i våre store menighetssal.

Et vanlig innslag på medarbeiderfestene er årets overraskelse. En gang var det konsert med Trygve Skaug. Et annet år var Christian Ingebrigsten innom, for ikke å snakke om det året da selveste Ellen Miles sang for oss, hun som til vanlig heter Ellen Tveita og er trosopplæringsleder i Manglerud menighet.

Ryktet sier at det ikke blir konsert på årets medarbeiderfest. Det blir en annen overraskelse. Den som ikke tåler overraskelser, får holde seg hjemme den kvelden, men alle andre som har bidratt med litt arbeid og er litt medarbeider, får lov å komme. Det er ingen opptaksprøve ved inngangsdøra, bare påmelding på grunn av maten. Og ansvar for maten har han som lager mat til statsministeren og hennes gjester, så den saken skulle være i de tryggeste hender.

Vi sier bare vel møtt!

Vil du være frivillig?

Å være frivillig kan være både sosialt, meningsfullt og energigivende!



Vil du være med på å

- Tilby kirkeskyss?
- Lede søndagsskole?
- Servere kirkekaffe?

Ta kontakt med en som jobber i kirken, ring 23 62 99 40 eller skriv en e-post til post.manglerud@oslo.kirken.no!

Gave til menigheten

I anledning bisettelsen til Per Asbjørn Meier i Manglerud kirke, fredag 7. februar, ble det gitt en gave på kr. 17.150,- til menighetens barne- og ungdomsarbeid.

Vi takker så mye for gaven!

Kontakt kirken

Sokneprest Kjetil Hoel Hauge (kh362@kirken.no), Kapellan Anne Marie Lofthus Hindahl (ah288@kirken.no), Trosopplæringsleder Ellen Tveita (et763@kirken.no), Kantor Sophia Blum (sb539@kirken.no), ungdomsarbeider Eva Thingbø (Ethingboe93@gmail.com) og kirketjener Johnny Hagen (jh879@kirken.no).

Tlf: 23 62 99 40

Nettside: kirken.no/manglerud

Menighetsrådet:
Kamilla Lunde (kamillalunde@gmail.com), Helge Vatne (hfvatne@hotmail.com).

Satser på jentehockey

Norges Ishockeyforbund har i en lengre periode jobbet med et såkalt «jenteløft», som er en fellesbetegnelse på prosjekter i ulike idretter for å styrke satsingen på kvinneidretten.

Av: Maria Harlan

Foto: Lisbeth Halvorsen

– Vi har et mål om å få jenter inn i hockey miljøet. Vi ønsker at de skal få en tilhørighet med et jentelag og at de har det gøy med på isen!

Ønsker flere jenter

Cathrine Kråkenes jobber hovedsakelig med jentelaget, jentedager og tiltak for å få flere jenter med på hockeyskoler og andre arrangementer. Det er mange jenter som interesserer seg for hockey. Med satsingen håper Kråkenes på at enda flere jenter kommer og blir i hockeymiljøet.

– Det er kjempefint at det satses på å skape et miljø innen hockey hvor jentene kan bli en naturlig del i hockeyen, sier hun.

Manglerud Star gir nå jentene en egen plattform med et eget lag, egne treningstider og en egen trener.

Jentskøytedag

I fjor arrangerte Manglerud Star jentskøytedag. Omkring 60 sprudlende glade hockey jenter møtte opp. Stemningen var på topp.

– Det var helt fantastisk å se at det er så mange jenter på isen med en så stor hockey interesse. Det er veldig mange jenter som interesserer seg for ishockey der ute. At vi nå får til denne felles satsingen gjør forhåpentligvis at flere melder seg på, sier hun.

Kråkenes forteller hvordan arrangementene er viktige fordi barna får en

[4 Manglerunden]



Cathrine Kråkenes (40) er ansatt som lagleder for Manglerud Star jentehockey. Hun håper at mange flere jenter vil bli med i hockeymiljøet.

tilhørighetsfølelse, samtidig som det bygger relasjoner.

Bli med

Manglerud Star jentehockey u7-u9, har oppstart i uke 34. Det er trening hver søndag fra kl. 11:15 til 12:15. Treningen begynner rett etter hockeyskolen.

Hockeyskolen er første skritt for å bli med i Manglerud Star. Her får man innføring i å gå på skøyter, ulike teknikker, balanse og ikke minst å ha det gøy på isen. Deretter går de videre til aldersbestemte lag.

Jentskøytedagen var en stor suksess. Det var mange glade jenter som møtte opp og fikk prøve seg på isen.



Forbilde

– Hvordan er Cecilie Olsen, daglig leder i Manglerud Star Elite, et forbilde for fremtidige kvinnelige spillere?

– Cecilie Olsen viser at det faktisk er mulig å være en del av en mannsdominerende kultur. Det er positivt at hun gjør det så utrolig bra.

– Hockey er stadig under utvikling og blir mer modernisert. For meg er det helt naturlig at jentene også får en plass i sporten, avslutter Kråkenes.



MS sier nei til narkotika

”Bry Deg – si nei til narkotika” er et samarbeid mellom politiet og Manglerud Star. Det er et rus- og kriminalitetsforebyggende prosjekt. Kampanjens hovedmål er å bidra til at færre ungdom begynner med narkotika.

Tekst og bilde: Maria Harlan

– Hva handler kampanjen om?
– Vi ønsker å vise vårt engasjement for det som skjer utenfor ishockeybanen. Vi synes det er viktig å sette fokus på «si nei til narkotika».

Klubben har mange ungdom. Derfor mener Manglerud Star at det er ekstra viktig å gå foran med et godt eksempel. De ønsker å vise hva idrettslaget står for.

– Vi har sett at det ikke bare er eventyr her på Manglerud. Det er et stort problem med narkotika og ungdom, vi ønsker å hjelpe ungdom inn på riktig sti, sier Ingjer.

Å tørre å si nei

Narkotika er skummelt, mange barn i dag er nysgjerrige. Man møter gjerne narkotika ganske tidlig, på blant annet fester der det er eldre ungdom. Da er det mange som prøver. De starter gjerne med hasj før de går til tyngre stoffer etterhvert. Det viser seg at når man først kommer inn i det, er det veldig vanskelig å komme ut igjen.

– Idretten er fin på den måten at du ofte må tidlig opp i helger fordi du skal møte til kamp kl.9 søndagsmorgen. Derfor synes vi idretten er fin sånn, sier Norbø.

Ja til begge deler går ikke

I ukene før sesongslutt, mener Norbø og Ingjer at det er viktig å sette fokus på dette. I mars skal klubben bruke tid til å sette fokus på nettopp



SI NEI TIL NARKOTIKA

Per-Erik Ingjer styreleder og Trond Norbø nestleder i bredde, sier at hovedmålet med kampanjen er å bidra til at flere får et godt liv ved at færre begynner med narkotika.

dette. De forklarer videre at det er et viktig samfunnsansvar utover bare å spille ishockey.

– Det er en livslang læring. Du må innordne deg og du må være disiplinert. Det nytter ikke å si ja til begge deler. Du må tørre å si nei, sier Ingjer.

Mange skjebner

– Hvorfor mener Manglerud Star at det er viktig å sette fokus på dette?
– Gjennom ulike arrangementer, eventer og prosjekter ser vi så mange skjebner. Vi ser og hvor vanskelig det er å komme ut av avhengigheten og miljøet.

I mars vil klubben invitere mennesker som er knyttet til "nei til narkotika"-kampanjen innad i politiet. Det vil bli holdt foredrag i hallen for spillere fra U16 til U-21. Med ny storskjerm i hallen, vil MS også vise

holdningskampanjer under ulike arrangementer for å eksponere kampanjen til så mange som mulig.

Spise, sove, skole og trene

Ingjer forklarer hvordan klubben er bevisste på hva slags holdninger som skal til. De yngste spillerene signerer en spillekontrakt, om hvordan man skal oppføre seg.

– Spillekontrakten og reglene vi forholder oss til må ofte gjentas for at det skal trenge inn. Hovedfokuset er forholdet til hverandre, til laget og trener. Vi setter fokus på at det er ikke bare du selv som står i det. Det er viktig å lære ungdommen at innenfor idretten må man tenke på hele laget, sier Ingjer.

– Spise, sove og trene, men skole først da, det er hele nøkkelen, legger Norbø til.

[Kirkens Nødhjelp: Fasteaksjonen]



Fjorårets konfirmanter er ute å går for fasteaksjonen på Manglerud. I år er fasteaksjonen søndag 29.mars fra kl.17. Ta vell imot konfirmanter, foreldre og andre som kommer med bøsse denne dagen!

Fasteaksjonen

To uker før påske går rundt 40.000 frivillige bøssebærere fra 1200 norske menigheter fra dør til dør over hele landet og samler inn penger til Kirkens Nødhjelps arbeid.

Foto: Kirkens Nødhjelp
Tekst: Kjetil Hoel Hauge

Fasteaksjonen har en lang tradisjon. For over 50 år siden bestemte me-

nighetene i Norge seg for å ha en årlig innsamlingsaksjon til Kirkens Nødhjelp sitt arbeid. Fasteaksjonen er i dag den nest største innsamlingsaksjonen i Norge, etter TV-aksjonen. Aksjonen er lagt i en tid av kirkeåret som heter fastetiden. Fasten varer i 40 dager fra askeonsdag, men selve Fasteaksjonen arrangeres over hele landet søndag til tirsdag før palmesøndag. I Manglerud går konfirmanter, sammen med sine foreldre og andre ut med bøsse søndag 29. mars fra kl. 17.

De siste årene har innsamlingsresultatet fra Fasteaksjonen ligget på rundt 35 millioner kroner. Det utgjør omtrent en tredjedel av Kirkens Nødhjelps årlige innsamlingsbudsjett. Mens mange av tilskuddene til Kirkens Nødhjelps arbeid er øremerket til bestemte formål som er avhengige av skiftende politiske prioriteringer, er gavene fra Fasteaksjonen frie midler. Dette gir organisasjonen større forutsigbarhet, fleksibilitet og muligheter til å igangsette store nødhjelpsoperasjoner når katastrofer inntreffer.

I dag lever 1 av 9 mennesker i verden uten tilgang til rent vann. 300 kr gir en person varig tilgang til rent vann hver måned.



[6 Manglerunden]

Vi vet at fattigdom og urettferdighet er menneskeskapt. Kirkens Nødhjelp er derfor opptatt av å bekjempe fattigdom og skape en rettferdig verden. For hver krone som er samlet inn kan vi hjelpe de som trenger det aller mest.

Støtt opp om årets aksjon og ta godt imot våre bøssebærere søndag 29. mars!

Ryenberget skole

Det evangelisk-lutherske kirkesamfunn



Vi har ledige skoleplasser

1.-10. TRINN HØSTEN 2020

Søk nå!

Er du nysgjerrig på skolen vår og lurer på om dette er en skole for ditt barn? Ta kontakt for informasjon og søknadspapirer:
Ring 23 21 01 61 eller se www.ryenbergetskole.no

KLOKSKAP // BEGEISTRING // OMTANKE

Ryenberget skole
Enebakkveien 152
www.ryenbergetskole.no



Tilbud til barn og ungdom i Manglerud

Manglerud kirke har tilbud for barn og unge i alle aldersgrupper! Nedenfor kan du lese om hvilke tilbud som arrangeres i perioden frem til neste nummer av Manglerunden. Mer info legges ut på nettsidene våre.

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: 29.mars, 26.april, 7.juni.

Babysang

Et gratis tilbud for deg som er hjemme med baby 0-1 år. En halvtimes sangstund etterfulgt av lunsj. Annenhver mandag kl. 11 i kirken (K), og en mandag i måneden kl. 11 på Manglerudhjemmet (MH). Datoer: 23.mars (MH) 30.mars (K), 20.april (MH) 27.april (K), 11.mai (K), 25.mai (K).

freeDags

En klubb for deg som går i 6.-9. kl., på fredagene 27.mars, 24.april, 8.mai, 12.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. 16.45-18.00 annenhver tirsdag

Datoer: 24.mars, 21.april, 5.mai,

19.mai, 2.juni.

- **Kirkemiddag kl 16.45-17.30**
For deg som vil komme til ferdig middag etter barnehage og skole. Påmelding via Facebook. Kr. 30 per pers.
- **Knøttesang kl 17.30-18.00**
For barn 1-3 år som liker å synge! (I følge med foresatte.)
- **Supersang kl 17.30-18.00**
For barn fra 4 år og til og med første klasse som liker å synge!
- **Triangelklubben kl. 17.45-19.15**
i kirkekjelleren for barn fra 2.-5. klasse.
Barnas påskefest
26.april arrangeres barnas påskefest! Kl.11 feirer vi en barnevennlig gudstjeneste, etter gudstjenesten serveres lunsj, og vi får bli med på påskeegg jakt ute!

Helt Førsteklasses

29.mars arrangeres Helt Førsteklasses for de som skal begynne i første klasse til høsten! Kl.9:30 serverer vi frokost for hele familien i kirken, kl.10 arrangeres en liten samling for skolestarterne, og kl.11 er det Supersøndag gudstjeneste, med en høytidelig utdeling av seksårsboka. Påmelding til frokosten innen 26.mars!

Tårnagent helg 6.-7.juni

Tårnagent helg er et spennende og lærerikt arrangement for barn i 2.-3. klasse. Gjennom forskjellige «agenttoppdrag» får barna reflektere rundt hvordan troen på Gud som skaper kan styrke selvbildet, forholdet til andre og til naturen. De som tør vil også få lov å klatre med sikring i det høye kirketårnet! Påmelding ønskes innen 29.mai.



Påmelding til aktivitetene via nettsidene våre www.kirken.no/manglerud - klikk på «barn» og så på ønsket aktivitet

Hjertelig velkommen!





KONFIRMAN* 2021

Finnes det en mening med livet? Finnes Gud? Hvem er Jesus? Hvorfor skjer det så mye ondt i verden? Hvor er Gud når livet er vanskelig? 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 konfirmanntida 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 (weekendleir i slutten av januar og sommerleir rett etter skoleslutt). Vi skal ha ulike typer undervisningssamlinger, delta i Kirkens Nødhjelps innsamlingsaksjon, ha ungdomskvelder og mye sosialt og moro gjennom hele konfirmasjonstiden.

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

Det blir i løpet av mai sendt ut et brev om konfirmasjon til alle som er født i 2006 og bor på Manglerud. Har du spørsmål? Kontakt sokneprest Kjetil Hoel Hauge på kh362@kirken.no.

Hjertelig velkommen som konfirmannt i 2021!



Torsdagstreff

Manglerud kirke ønsker alle velkommen til torsdagstreff! Hver andre torsdag kl 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.

19. mars: Har Gud forandret seg? - kirken har jo det. Gunnar Olvin, Stein Villumstad og Anne Marie L. Hindahl deltar i panel. Utlodning.

2. april: Glimt fra «Langt-vekk-istand. Grete Mugaas

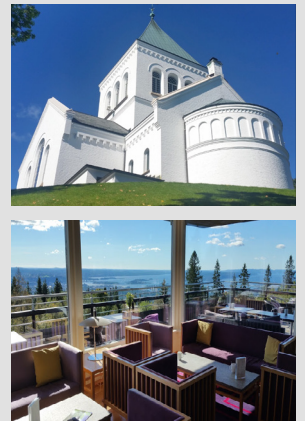
23. april: Livet er gjemt hos Gud. Tanker om død, sorg og håp. Erling Pettersen. Utlodning

7. mai: Henrik Wergeland. Liv og diktning. Hilde Hannah Buvik.

Sommertur til Ullern kirke

Velkommen til SOMMERTUR torsdag 11. juni.

Oppmøte 10:00 ved Manglerud kirke. Vi får en liten sightseeing- tur på veien til Ullern kirke. Etter en refleksjon og flotte salmer får vi både høre noe om kirkens historie og vakker musikk. Kanskje blir det mulighet for en liten tur? Lunsjen inntar vi på Voksenåsen hotell, vakkert beliggende ved Voksenkollen. Påmeldingsfrist 5. juni med betaling kr 300. VELKOMMEN!

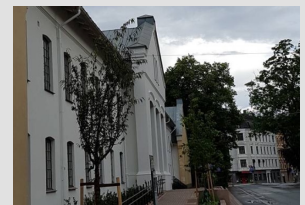


Manglerud Kirke & Kultur

fredager 10.00 – 14.30/15.00

Fredag 24. april: Utstilling i Dronning Sonjas Kunststall. Vi møtes i kapellet 10:15. Etter en kort tidebønn drar vi sammen til Kunststallen. Kaffepause legges inn.

Tema for utstillingen kunngjøres etter hvert. Påmelding innen 22.4 til Anne Marie: 917 37 212



Sommertur til Østensjøvannet

Fredag 15.mai: Tur til Østensjøvannet

Vi starter 10:50 med en kort tidebønn i kirken. Østensjø ringtar oss til Bogerudmyra. Der møter vi Leif-Dan Birkemoe, lokalhistoriker og mangeårig leder av Østensjøvannets venner. Vi ender opp i Våtmarks-besøkssenteret ved Bakkehavn. Her blir det orientering og piknik.

Alle oppfordres til å ta med seg mat og drikke. Kontaktperson er Stein Villumstad. Påmelding til Anne Marie prest om du kommer – 91737212.



Ønsker du forbønn?

I perioder av livet kan det kjønes godt å vite at noen ber for oss. Det kan være en lettelse å slippe å gå alene med bekymringer for seg selv eller andre man bryr seg om. Mange forteller at de har fått hjelp gjennom forbønn.

Tekst: Anne Marie Lofthus Hindahl

Foto: Maria Harlan

Det står mye om bønn og forbønn i Bibelen, og det er knyttet løfter om trøst og hjelp til disse ordene. Vi vet ikke alltid hva som skjer eller hvordan Gud vil svare når vi ber. Men vi vet at Gud hører alle bønner og bryr seg om alt i livet vårt, også der det vonde kan vedvare.

Det er to måter å melde inn ønsker om forbønn på: Hver uke er det ansatte i kirken som møtes til forbønn for enkeltpersoner, menighet, lokalmiljøet og spesielle hendelser som angår oss som med-

mennesker. Deltar du på gudstjeneste eller andre arrangementer, vil du ha mulighet for å legge en lapp med ditt bønneemne i bønnekrukken som henger på vegg bakerst i kirken. Her kan du gjerne være anonym om du ønsker det.

Menigheten har også personer som har forbønn for enkeltmennesker som en spesiell tjeneste. De kan om ønskelig be for deg/dine over tid. Du kan sende e-post med ditt bønneønske til forbønn.manglerud@yahoo.no

Det er bare en person som betjener denne mailadressen. Vedkommende gir ditt bønneemne videre til en forbeder som har taushetsplikt.

Forbønnsgudstjenester

22.mars, 10. mai

Vi tror forbønn er viktig – derfor skal forbønn tilbys helt konkret også i gudstjenestene våre.

I forbønnsgudstjenestene får alle mulighet til å komme opp til alterringen, eller på første benk, og bli bedt for. Forbønn er en mulighet til å ta i mot kraft, styrke og velsignelse.

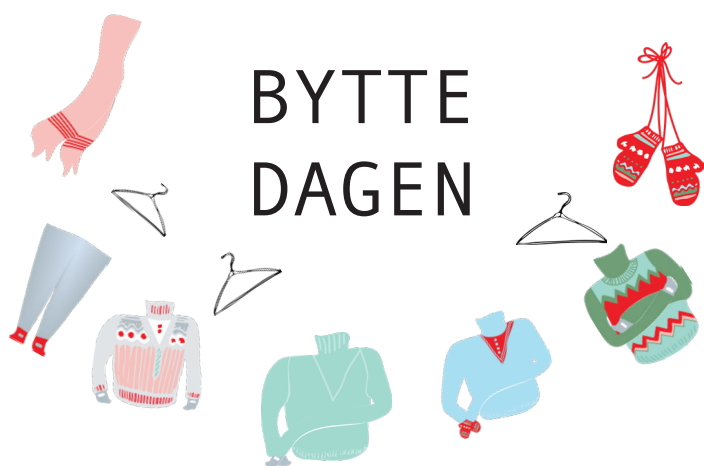
Vi får invitere Gud inn i livet vårt. Midt i vanskeligheter og sykdom kan vi be om å få overgi oss i Guds hender. *Forbønn kan forandre deg og livet ditt.*

Varmt velkommen!



Bønnekrukken

Bakerst i kirken henger det en bønnekrukke på vegg. Du kan skrive et bønneemne på en lapp og legge i krukken, og den vil senere bli bedt for.



BYTTE DAGEN

BLAKK, MEN LYST PÅ NOE NYTT?

Kom på den populære,
Byttedagen i Manglerud kirke sideinngangen
nede

Lørdag 28. mars kl. 12.00 – 13.30

Dette har vist seg å være en populær måte å fornye garderoben på. Folk strømmer til med pent brukte klær og de aller fleste går fornøyde hjem med noe annet. Det koster ingenting å bytte!

Det som kan byttes er

- klær til alle aldre
- belter
- vesker
- smykker
- sko

Innlevering av klær skjer i kirkens lillesal (inngang nede) lørdag 28. mars kl. 10.30 -11.45.

Kaféen (i foajéen) åpner kl. 10.30. Her selger vi vafler og saft og kaffe.

Dørene åpner kl. 12 og stenger kl. 13:30.

Selve byttingen koster ingenting.

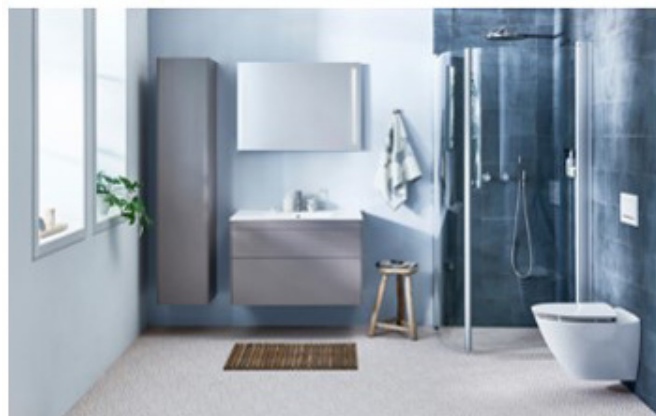
Man kan levere mange eller få plagg og det er ingen begrensning i hvor mye man kan ta med seg hjem. Det vi ber om er at ting er pent brukt, helt og rent. Hvis det blir noe til overs leverer vi det enten på Fattighuset eller Fretex.

Tidligere år er det blitt levert mye fint baby- og barnetøy. Vi oppfordrer barnefamilier til å bruke denne anledningen til å finne «nye», flotte klær til de små!

Hjertelig velkommen til en hyggelig dag!
Byttedagskomitéen

VB
VARME & BAD

Martinsen & Brodahl AS



Din Rørleggerbedrift i nærområdet

- Alt innen rørleggerarbeid
- Rehabilitering av Bad
- Showrom

Tlf : 22 19 44 30 – Vakt tlf: 974 66 211

E-post: post@martinsenbrodahl.no

Surstoffveien 5, 0661 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



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
Norderhovgt. 7 - 0654 Oslo



Manglerunden leses!

Statistikk viser at menighetsblader leses av svært mange, uansett om de er kristne eller ikke, og uansett hvilken religion de tilhører. Men for at leserne skal få bladene i postkassene sine, må vi ha noen til å dele dem ut.

Kunne DU tenke deg å bli en av våre ca 30 utdelere?

Bladene kommer ut 4 ganger i året, og fordeles i roder på mellom 70 og 300 blader. Vi har ledige ruter i hele eller deler av følgende gater: Langerudhaugen, Misjonskirken, Langerudsvingen, Abildsøveien, Lambertseterveien, Østdalsveien, Enebakkveien, Høgda-veien, Svenskerudveien, Trygve Ryens vei, Otto Sogns vei, Rognerudveien, Plogveien, Vårnveien, Rugveien, Johan Hirsch vei, Vekterveien, Wetlesens vei og Beiteveien.

Benytt anledningen til å få litt **GRATIS TRIM** og gjør samtidig en god tjeneste. Alle aldersgrupper er velkomne.

Kontakt distribusjonssjef
Johnny Hagen på
mobil 938 04 007 eller epost:
jhagen@getmail.no

Fellesskapskveldene

Fellesskapskveldene er en arena for ulike temaer innenfor troslivet og mye lovsang. Foredragene tar opp aktuelle spørsmål, kan være undervisning og ende med samtaler rundt bordene i etterkant. Det blir servert enkel kveldsmat.

Onsdag 29.04, 19:00 - 21:00: Svein Erik Skibrekke.

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.

[Manglerud kirke]



Gudstjeneste av og med Unge voksne

I Manglerud kirke kommer alle generasjoner sammen for å feire gudstjeneste i fellesskap. For å favne ulike aldersgrupper ønsker vi også å ha noen gudstjenester som er spesielt rettet mot unge voksne.

Gudstjenesten søndag 19. april vil derfor ha en litt ny form, med mer

fokus på lovsang og tale, og legge mindre vekt på tradisjonell liturgi.

Vi vil blant annet ha med oss et band som vil prege det musikalske uttrykket. For å legge til rette for at foreldre kan delta i gudstjenesten vil det arrangeres søndagsskole for barna. Det inviteres til nattverd.

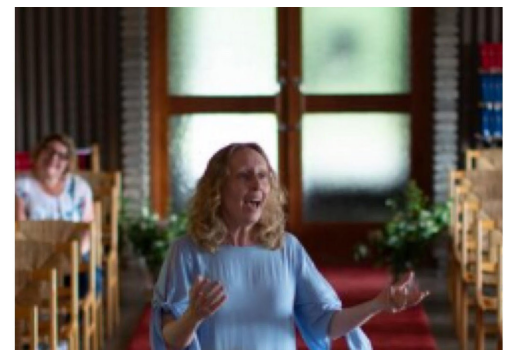
Samtidig som denne gudstjenesten er spesielt rettet mot unge voksne, ser vi det som verdifullt å være samlet på tvers av generasjoner. Folk i alle aldre er derfor hjertelig velkomne til gudstjeneste i Manglerud kirke **søndag 19. april klokka 11!**

Hjertelig velkommen!



Ta kontakt med kantor Sophia Blum for mer informasjon, sb539@kirken.no

Manglerud Kirkes Vokalgruppe



Vi øver torsdager kl.19-21:30.



[13 Manglerunden]

Gudstjenestelisten våren 2020

15.03.2020 11:00

Gudstjeneste m/ vikar Bjørn Mathiesen. Kantor Sophia Blum. Dåp. Nattverd. Ofring til Det Norske Bibelselskap.

22.03.2020 11:00

Forbønngudstjeneste med Anne Marie Lofthus Hindahl. Kantor Sophia Blum. Dåp. Nattverd. Ofring til Kristent arbeid Blant Blinde og Svaksynte.

29.03.2020 11:00

Supersøndag med Kjetil Hoel Hauge og Ellen Tveita. Kantor Sophia Blum. Dåp. Nattverd. Menighetens årsmøte. Ofring til Kirkens Nødhjelp.

05.04.2020 11:00

Palmesøndag. Gudstjeneste med Kjetil Hoel Hauge. Kantor Sophia Blum. Dåp. Nattverd. Søndagsskole. Ofring til Acta - Barn og unge Normisjon.

09.04.2020 11:00

Skjærtorsdag. Gudstjeneste med Anne Marie Lofthus Hindahl. Kantor Sophia Blum. Nattverd. Ofring til menighetens eget arbeid.

10.04.2020 11:00

Langfredag. Gudstjeneste med Anne Marie Lofthus Hindahl. Kantor Sophia Blum.

12.04.2020 11:00

Påskedag. Høytidsgudstjeneste ved Haakon Korsgaard. Kantor Sophia Blum. Dåp. Nattverd. Ofring til menighetens eget arbeid.

13.04.2020 19:00

Andre påskedag. Ungdommens påskedagstjeneste med Kjetil Hoel Hauge og ungdomsledere. Nattverd. Musikk ved vikarorganist Lorenzo Nardocci. Ofring til NLM ung.

19.04.2020 11:00

Unge voksne-gudstjeneste med Maria og Kjartan Øygaard, Kamilla Lunde og Kjetil Hoel Hauge. Nattverd.

26.04.2020 11:00

Påskefestgudstjeneste og supersøndag med Kjetil Hoel Hauge og Ellen Tveita. Kantor Sophia Blum. Dåp. Nattverd. Ofring til Menighetens barnearbeid.

03.05.2020 11:00

Gudstjeneste. Kantor Sophia Blum. Dåp. Nattverd. Ofring til Maritastiftelsen.

10.05.2020 11:00

Forbønngudstjeneste med Anne Marie Lofthus Hindahl. Nattverd. Dåp. Ofring til Sjømannskirken - Norsk kirke i utlandet.

21.05.2020 11:00

Gudstjeneste med Kjetil Hoel Hauge. Kantor Sophia Blum. Dåp. Nattverd. Ofring til Menighetens eget arbeid

24.05.2020 15:00

Fellesgudstjeneste med Yewongel Berhan Church kl. 15:00. Nattverd.

31.05.2020 11:00

Høytidsgudstjeneste. Nattverd. Dåp. Ofring til Menighetens misjonsprosjekt

07.06.2020 11:00

Supersøndag med Kjetil Hoel Hauge og Ellen Tveita. Kantor Sophia Blum. Dåp. Nattverd. Tårnagenter. Ofring til KFUK - KFUM.

Døpte

Gustav Hammer-Berntzen
Elise Østvoll Torgersen
Elea Lovis Nygren Knudsen
Casper Wilhelm Slåttedalen
Sebastian Håby
Anne Melissa Bakken-Eriksen
Elise Opsand Dokken
Amanda Ugstad Andresen
Evander Kristoffersen Larsen
Aron Andersen
Melvin Strebel Gulbrandsen
Pia Jordheim Steinlein
Emma Rose Aerts-Aarnes
Nicoline Hemli Sundby

Døde

Terje Selin Eliassen
Liv Andersen
Inger Brinchmann
Knut Arvid Myhre
Anna Reidun Arntsen
Roar Kristoffersen
Erik Johnsen
John Ramuel Larsen

[14 Manglerunden]

Tore Johan Amundsen
Hildegunn Helmersen
Reidun Naustvik
Turi Bjørg Mørdre
Eva Ulriksen
Odd Norleif Hoemsnes
Inger Marie Hansen
Frank Edvard Johansen
May Astrid Arntzen
Kjell Sæther
Ragnhild Aud Graf
Stein Holdal
Kjell Gundersen
Evy Strand
Per Erik Andersen
Liv Thoresen
Torbjørn Vikstvedt
Mary Kvaale
Berit Othilie Barmark
May-Brit Hunnestad
Annelise Mercier
Edith Gerd Myhre-Andersen
Jorunn Nielsen
Anna Marie Egedius
Elsa Jensen
Per Asbjørn Meier
Eldbjørg Johanne Berg
Marion Elisabeth Stang Langaard

Per Haakon Stenseth
Jenny Sørensen



ANNE LINE
BEGRAVELSESBYRÅ

Jomfrubrøtveien 85,
1179 Oslo

☎ 461 90 056

post@annelinebegravelsesbyraa.no

www.annelinebegravelsesbyraa.no

En verdig avskjed





Palmesøndag kl. 11:00

Liturgisk farge: fiolett

På palmesøndag møter vi annerledeskongen Jesus, ridende på et esel. Jesus blir tatt imot som en konge når han kommer til Jerusalem. Vi inviterer til gudstjeneste med søndagsskole og nattverd. Musikk ved kantor Sophia Blum. Prest er Kjetil Hoel Hauge.

Skjærtorsdag kl. 11:00

Liturgisk farge: fiolett

Dagen vi feirer til minne om at Jesus innstiftet nattverden.

Gudstjeneste med nattverd. Musikk ved kantor Sophia Blum og fiolinist Ingvild Græsvold. Prest er Anne Marie Lofthus Hindahl.

Langfredag kl. 11. Liturgisk farge: fiolett

Beretningen om Jesu lidelse og død. En meditatív messe rundt lidelseshistorien. Musikk ved kantor Sophia Blum. Prest er Anne Marie Lofthus Hindahl.

Påskedag kl. 11. Påskedag kl. 11.

Liturgisk farge: hvitt

Vi følger kvinnene som kommer til den tomme grav. Vi gleder oss med dem og vi feirer Jesu oppstandelse fra de døde.

Musikk ved kantor Sophia Blum, Bjørn Husom på trompet og Mari-Anne Bye Granheim synger. Prest er Haakon Korsgaard

2. påskedag kl. 19. Liturgisk farge: hvitt

Ungdommens påskefestgudstjeneste og en særlig god anledning til å følge påskens drama, helt fra palmesøndag og frem til påskedagen, fra fiolett til hvitt. Gudstjenesten er spesielt lagt til rette for konfirmanter og ungdommer, men passer alle aldre.

Musikk ved vikarorganist, Hugo Risdal på gitar og Andreas Haga på bass. Prest er Kjetil Hoel Hauge og ungdomsledere deltar. Musikk ved Lorenzo Nardocci.



Påskens drama i farger

Det fortelles mye om Jesu liv i det nye testamentet, men det er først når vi kommer til Jesu siste påske at tiden nærmest stopper opp, vi følger Jesus fra minutt til minutt. Vi er ved kjernen i Jesu liv, den egentlige grunnen for at han kom til verden.

Av: Kjetil Hoel Hauge



Kirken har mange måter å formidle dette viktige budskapet på. En stille og forsiktig måte er gjennom kirkens liturgiske farger (de liturgiske fargene er hvit, rød, fiolett og grønn). Påsken, som vi snart går inn i, preges av to farger, overgangen fra fiolett til hvitt.

Fastetiden og de første dagene i påsken er den liturgiske fargen fiolett. Fiolett er kirkens farge for bot og sorg, det er en forberedelsestid til påskefesten. Den fiolette fargen har vi fra askeonsdag til og med påskeaften.

Men fra 1. påskedag forandres den liturgiske fargen. Påskens drama fra lidelse og død til oppstandelse og liv markeres i kirken ved overgang fra fiolett til hvit liturgisk farge. Hvitt er nemlig kirkens farge for glede og fest. Vekslingen i fargene forteller oss om overgangen fra bot og sorg til glede og fest i kirka.

Påsken er vår viktigste høytid. Hjertelig velkommen til påskens gudstjenester i Manglerud kirke!

Tilby kirkekyss?

Vil du bli med på å tilby kirkekyss? Ta kontakt med kirkekontoret på tlf. 23 62 99 40 eller på mail: post.manglerud.oslo@kirken.no

Tusen takk!



[15 Manglerunden]



Kjærlighet

Forandring

Rettferdighet

Håp

Vann

Felleskap

Den stille uke

Manglerud kirke tar i bruk Kirkens Nødhjelps Regnbuebønn i fastetiden. Hver søndag bes det en ny bønn i regnbuebønnen. Hvet lys representerer et viktig tema.

Regnbuebønn

Vi er midt i fastetiden og det nærmer seg påske. Som advent er forberedelsestiden til julefesten, er faste forberedelsestiden til påskefesten.

Tekst: Kjetil Hoel Hauge

Selv om fasten bygger på Bibelen, er det ikke så utbredt å faste i dag. En moderne utgave av fasten kan likevel dukke opp i enkelte miljøer der man i fasten for eksempel tar pause fra TV eller internett. For faste dreier seg ikke bare om å la være å spise, men om å rette oppmerksomheten mot Gud og til våre medmennesker. Fastetiden handler om å skjerpe sansene, være lydhøre, få øye på ditt eget liv, menneskene rundt deg, og Gud.

I år skal vi markere fastetiden på en ny måte i vår menighet, vi skal bruke Regnbuebønnen. Regnbuebønn er et opplegg Kirkens Nødhjelp har utviklet til bruk i fastetiden. Hver uke tenner vi ett nytt lys, ber en bønn og synger et vers av fastesangen. På den måten vil vi løfte frem det diakonale perspektivet, som profeten Jesaja snakker om: «Dette er fasten jeg har valgt: å løse urettferdige lenker,

sprengte båndene i åket, sette undertrykte fri og bryte hvert åk i stykker, å dele ditt brød med sultne og la hjelpeløse og hjemløse komme i hus. Du skal se til den nakne og kle ham, du skal ikke snu ryggen til dine egne.» (Jes 58,6-7)

Ved fastetidens slutt lyser hele regnbuen, et tegn på håp og at en ny begynnelse alltid er mulig.

Regnbuen er hentet fra bibelfortellingen om Noah. Da storflommen var over, lovet Gud at han skulle verne livet mot dødskreftene. For å gi Noah et synlig tegn på dette satte Gud regnbuen på himmelen. Regnbuen er et håpstejn, et tegn på at en ny begynnelse alltid er mulig.

Og på samme måte er det også med påsken, som vi får feire hvert år. I påsken hører vi om vårt håp, en Gud som ser oss, som elsker oss og som ønsker fellesskap med oss. Det handler om at kjærligheten har vunnet over det onde, livet har vunnet over døden og mørket har ikke makt over lyset. I fastetiden forbereder vi oss på kirkens største fest, festen som gir oss håp og tro på det gode i verden og det evige livet.

Fellesgudstjeneste med Yewongel Berhan Churuch

24. mai kl. 15:00

Hvert semester ønsker vi å feire gudstjeneste sammen med våre gode venner i Yewongel Berhan Church. Denne gangen besøker vi igjen Yewongel og vi inviterer til gudstjeneste og kirkekaffe med godt åndelig og sosialt fellesskap. Det blir gudstjeneste med mye lovsang, både på amharisk, engelsk og norsk, preken på norsk og vi feirer nattverd sammen. Etter gudstjenesten inviterer vi til kirkekaffe og vi kan friste med fantastisk og spennende mat og godt fellesskap.



Hjertelig velkommen!

[16 Manglerunden]