

NABOposten

Nr. 3 - sommer 2017 - 63. årgang

Oppsal Menighetsblad



*Mette Stenstad er en av mange som benytter
Ola Dilt til både rekreasjon og trim. Se mer på side 7.*

Kontaktinformasjon

www.oppsalmenighet.no



Utleie av Oppsal kirke

Kontakt menighetskontoret

Utleie av Søndre Skøyen kapell

Forretningsfører:

Sigurd Edv. Gullerud

Telefon: 22 27 43 02

E-post: sedv.gullerud@vikenfiber.no

Oppsal kirke

Solbergliveien 85, 0683 Oslo

Bankkonto: 7877.06.73983

Menighetskontoret

Telefon: 23 62 99 60

E-post:

post.oppsal.oslo@kirken.no

Åpent: mandag til fredag

kl. 10:00 - 14:00

Oppsal menighetsråd

Leder: Marianne Næss Selle

Telefon: 907 25 426

E-post: mari-nae@online.no

Søndre Skøyen kapell

Dalbakkveien 39, 0682 Oslo

Henvendelser rettes til

menighetskontoret Oppsal.

Bankkonto: 1609.12.68071



Ansatte i Oppsal menighet



Daglig leder: Jan Bye

T: 23 62 99 62 / M: 452 65 914

E-post: jb483@kirken.no



Sokneprest: Kåre Skråmestø

T: 23 62 99 63 / M: 924 26 917

E-post: ks638@kirken.no



Prostiprest: Hans Jacob Finstad

M: 452 40 091

E-post: hf224@kirken.no



Kapellan: Endre Olav Osnes

T: 23 62 99 65 / M: 452 41 346

E-post: eo446@kirken.no



Vikarprest: Maarten Lindtjørn

T: 23 62 99 64 / M: 904 72 211

E-post: ml799@kirken.no



Kapellan: Nina Kristine Niestroj

I permisjon



Trosopplæringsmedarbeider:

Daniel Waka

T: 23 62 99 67 / M: 947 82 015

E-post: dw837@kirken.no



Kantor: Sølvi Ådna Holmstrøm

T: 23 62 99 69 / M: 924 36 770

E-post: sh829@kirken.no



Organist i Søndre Skøyen kapell:

Lars Fredrik Nystad / M: 958 57 019

E-post: ln772@kirken.no



Diakon: Edel Lilleeng Solberg

T: 23 62 99 72 / M: 917 08 146

E-post: es765@kirken.no



Kateket: Monika Skaalerud

T: 23 62 99 70

E-post: ms349@kirken.no



Kirketjener: Johnny Hagen

T: 23 62 99 60 / M: 938 04 007

E-post: jh879@kirken.no

NABOPOSTEN
Oppsal Menighetsblad

Naboposten utgis av Oppsal menighet. Opplaget er 8.000 eksemplarer, har fem nummer i året,

og leveres ut til menighetens husstander. Bladet trykkes hos Merkur Grafisk.

Annonser:

Ta kontakt med redaktør for priser.

Fast avtale:

10 % rabatt

Redaktør:

Edel Lilleeng Solberg

Neste nummer:

Utgis uke 34-2017

Innleveringsfrist:

7.8.2017

Forsidebilde:

Mette Stenstad ute på Ola Dilt

Foto:

Torgeir Stenstad

Ord til ettertanke

SAMHANDLING

I Søndre Skøyen kapell, rett over bønnealteret, henger et bilde av et stort tre med mange grener. Kateket Monika Skaalerud har laget kunstverket. På grenene henger bilder av årets konfirmanter. Hver enkelt av dem blir bedt for. Hver fredags morgen sitter noen av oss ved bønnealteret og ber til Gud.

Treet med alle grenene og bildene minner oss om at vi hører sammen. Jesus sa en gang at Han er Guds sanne vintre, og vi som er døpt og tror på han er hans grener.

Vi tilhører Jesus, og vi tilhører hverandre. Konfirmantene er ulike, vi som ber er ulike, men vi har noe felles.

Som prest og menighetsleder er jeg opptatt av samhandling. Alle døde er podet inn på dette vintreet. Jesus gir oss kraft til å leve og energi til å tro. Dette har vi fått i dåpsgave. I dåpen blir vi også del av en menighet og et fellesskap.

I Søndre Skøyen kapell hvor vi nå har gudstjenestene samles en liten del av alle de som er døpt og som bor på Oppsal og Søndre Skøyen. Konfirmantene er ofte å se i kapellet søndag formiddag, og vi som er aktive organiserer og samhandler på en slik måte at konfirmantene kan føle seg hjemme i menigheten de bor i.

Dette gjelder også andre aldersgrupper av døde i Oppsal sokn. Vi prøver å gjøre det trivelig, hyggelig og meningsfullt for de som kommer.

I 2012 satte Regjeringen i gang Samhandlingsreformen. En reform av helse- og sosialtjenestene i Norge. Rett behandling - på rett sted - til rett tid var slagordet. Jeg har lyst til å sette i gang en lignende reform i vårt sokn. Vi må samle ressursene så alle lag av befolkningen kan benytte seg av de tjenestene vi som kirke kan gi.

Menighetsrådet og Staben i Oppsal sokn har en visjon og vi lager handlingsplaner så de døde fortsatt kan benytte seg av «sevjen», kraften og energien som bare den treenige Gud kan gi oss.

Det er noen grener som er i ferd med å visne og de grenene som er friske må gi rett behandling på rett sted på rett tid så vi ikke går inn i en åndelig dødsprosess.

Vi trenger flere medarbeidere til å virke som kirke og geleide og veilede mennesker tilbake dit de egentlig hører hjemme. Det vi ble innpodet i i dåpen.

I pinsen utøste Gud Den hellige Ånd for å gi oss det vi trenger for å leve som døde og kristne. Fortsatt virker Den Hellige Ånd og han har ikke annet å bruke enn oss som er døpt og som tror. Underlige greier. Jeg kan ikke skjønne annet enn at dette handler om samhandling.

God pinse forresten.

Hilsen
Kåre Skråmestø
sokneprest



Hva skjer...

Formiddagstreff/Temalunsj kl 12 i Opus v/ Oppsal kirke, Solbergliveien 85

Hver 1. tirsdag i måneden

13. juni: Sommertur. Se egen ramme.

5. sept.: Besøk av Odd Georg Murud: «Luther fra A til Å.» Allsang, god bevertning og tid til å slå av en prat med gamle og nye kjente.

Formiddagstreff sin sommertur!

Avreise med buss fra Oppsal kirke kl. 10.00 tirsdag 13. juni.

Hakadal gamle kirke og kirkestue:

Omvisning og ord for dagen. Kaffe og kringle. Grete Mugaas, tidligere daglig leder i Oppsal, og bosatt i Nittedal, blir med hele dagen.

Nittedal kirkestue: Borghild Ruds datter, Kari Mona Rud Prestø, forteller om morens bilder, og hennes samarbeid med Alf Prøysen. Middag, kaffe og is.

Hjemme ca kl. 16.00.

Alt dette får du for kr. 250,- Bli med! Påmelding til menighetskontoret, tlf. 23 62 99 62.

Kirkeringen i Opus ved Oppsal kirke, kl 12.00-14.00

Ta med matpakke! Andakt og allsang. Det serveres te, kaffe og kake.

En tirsdag i måneden:

Tirsdag 15.8, 19.9

Fredagslunsj

Ta med matpakke og stikk innom Opus **fredager kl. 12.00-13.00!** Vi serverer kaffe, te og kanskje noe godt til kaffen.

Formiddagstreff i Søndre Skøyen kapell, Dalbakkveien 39, kl 12 onsdager
Kåserier, god mat og drikke.

Ingen flere treff denne våren/sommeren. Velkommen tilbake onsdag 20. september

Skøyenåsen misjonsforening

Sted og program gjøres kjent senere.

Sommerkafé i Søndre Skøyen kapell:

Lyst å treffe andre koselige mennesker i sommertiden, som kan være litt stille for noen? Det blir sommerkafé følgende lørdager kl. 12-14 i kapellet:

17. juni (NB! dugnad i kapellet fra kl.10. Kombiner gjerne dugnad og kafebesøk!)

8. juli

22. juli

5. august

“Bønn for Oslo”

Start **torsdagene** i Opus **kl. 09 -10** med bønn. Det bes bl.a. for alle bønnelappene som skrives gjennom uka.

Husgrupper/Bibelgrupper

Har du lyst å være med i et mindre fellesskap hvor en kan dele Guds ord og tanker om livet? Ta kontakt med diakon Edel Solberg på tlf 23 62 99 72, eller på epost es765@kirken.no hvis du vil vite mer!





Tusen takk for gavene til Oppsal menighet
som ble gitt ved Søren Wiersholms bortgang.
Med vennlig hilsen
Familien



Østlandske
Monumentservice
Gravsteiner - Inskripsjoner
- Omarbeiding
Utstilling vis å vis Østre
Aker kirkegård

Ulvenvn. 102. 0581 Oslo
Tlf. 22 65 60 50 Fax. 22 65 60 31
www.gravstein.com

Auster
Dame- og Herre-
frisør
Parfumeri AS

Oppsal kjøpesenter
Telefoner
22 26 43 94 • 22 26 77 78

TVEITA ADVOKATKONTOR

Advokat Kari Paulsrud m.n.a.

Testamente/arv, Samboeravtaler, Separasjon/skilsmisse,
Barn/barnevern, Trygd/erstatning, Arbeidsrett, Husleie,
Fri rettshjelp

Kontor i 3. etg. ved OBOS eiendomsforvaltning og senterledelsen

Timebestilling tlf.: 21 37 71 77 / 908 89 733

e-mail: kpaulsrud@kindemco.no

OPPSAL LEGEKONTOR

Spesialist i allmennmedisin Yngve Rønsen- Timebestilling/Øyeblikkelig hjelp

BARN - VOKSNE- GRAVIDITETSKONTROLL

HJEMMEBESØK ETTER AVTALE

Tlf. 22 27 49 29- Telefontid: 08:00- 15:00

Haakon Tveters vei 88 (Oppsal kjøpesenter)

Oppsal Samfunnshus

Selskaps- og møtelokaler

– I bydelens hjerte



Våre lokaler egner seg til:

- Barnedåp • Konfirmasjon • Fødselsdager • Bryllup • Begravelser • Møter, konferanser
eller andre arrangementer som du måtte ha behov for

Utleiealternativene dekker fra 10 til 150 personer.

Ta en titt inn i Samfunnshuset i Vetlandsveien 99/101 på Oppsal.

Adr: Vetlandsvn. 99/101, 0685 Oslo. Tlf: 23 12 65 40

post@oppalsamfunnshus.no

Skrabben - plassen med det rare navnet

Skrabben var en husmannsplass som etter delingen av Skøyen-gårdene i 1842 ble liggende under Søndre Skøyen. På kart fra 1838 finner vi plassen navngitt som Skrabben. Man skal ikke utelukke at plassen kan gå tilbake til siste halvdel av 1700-tallet, perioden da de nærliggende husmannsplassene Grønli og Kroken ble nevnt skriftlig første gang.

I 1865 bodde Kristian Hansen (f. 1824) med kona Marie (f.1817) og tre barn her. De hadde to kuer og dyrket litt bygg, havre og poteter. I 1900 bodde Herman Torstensen (f. 1864) her med kone og to barn, i tillegg til et gammelt familiemedlem (f. 1834). De hadde ku, litt fjærkre, dyrket korn og poteter. Noen frukttrær hørte også med. På 1930-tallet bodde Aksel Ås og frue i nordre del av våningshuset. Han var vanlig gårdsarbeider på Søndre Skøyen. Fru Ås var datter av Julius Halvorsen, stallkar på Søndre Skøyen. Anders Ruud bodde i den søndre delen av våningshuset og

jobbet for Aker kommune. Hans far Gunnar Ruud, eller bare «Gunne» som han ble kalt, var også gårdsarbeider på Søndre Skøyen. På den tiden var det ingen husdyr på plassen.

Siste familie som flyttet inn på Skrabben var familien Nordeng i 1954. Men da var gårdsdriften på Søndre Skøyen avviklet året før. Trikken gikk rett utenfor kjøkkendøra, det passet Thor Nordeng godt med kort vei til jobben som konduktør. «Komforten var lav etter dagens målestokk, vann fra brønn og utedo i låven, men vi trivdes i landlige omgivelser,» forteller sønnen Thor Erik Nordeng, som vokste opp på Skrabben.

Skrabben ble aldri frikjøpt. Etter en brann omkring 1965 ble huset revet og en boligblokk med adresse Skrabben 1 bygget på samme sted. Plassnavnet Skrabben tolkes som et tørt og steinete område i enga, et navn som lever videre i veinavnet Skrabben.



Thore Nordeng med sønnene Geir Magnar og Thor Erik utenfor plassen Skrabben rundt 1955. Bildet er tatt der Skrabben 1 ligger i dag. Kilde: Østensjø lokalhistoriske bilder, bilde-nr. B20140115, foto: Else Marie Nordeng. Se Østensjø lokalhistoriske bilder: <http://bildebaser.deichman.no/>.

Hurra for Ola Dilt!



Postutsetteren i arbeid.

Visste du at Oppsal Orientering i 50 år har arrangert turorientering i Østmarka? Ola Dilt hadde sin åpningsdag ved Ulsrudvannet Kristi himmelfartsdag 1967. Og er fortsatt i full fart! Turorientering gir folk flest tilbud om å komme ut i skogen, også utenfor de faste stiene. Har du lyst å prøve turorientering? Det er fortsatt ikke for sent å bli med på å finne denne sommerens poster!

Mange deltar!

Åpningen av Ola Dilt er i månedsskiftet mars/ april, og postene står ute til oktober. Konvolutter med kart og deltakerhefter selges på faste utsalgssteder ved inngangen til marka, eller kan bestilles på nettet (hos post@oladilt.no). Og hvert år selges omtrent 1250- 1500 konvolutter. At det er så stor deltakelse hvert år, gjør at mange får variasjon i turene sine og kommer ut til nye deler av marka.

For hele familien

Turorientering er en hyggelig aktivitet som mange familier gjør sammen. Barna har sin egen Minidilt. På avslutningskvelden for Ola Dilt kan deltakerne hente sine diplom og kjøpe merker og statuetter. Disse kveldene arrangeres i Oppsal samfunnshus.

Vi gratulerer Ola Dilt med å være i sin 51. sesong! **Hurra for Ola Dilt!**



Der er posten! Mette Stenstad er fornøyd.
Foto: Torgeir Stenstad

NABOPOSTEN
Oppsal Menighetsblad

Naboposten for 40 år siden Nr 4 – 1977:

Oppsal skoles pikekor 20 år

For 20 år siden, den 5. mars 1957, møtte 36 piker til den første øvelsen med lærer Nils Midtlien som dirigent. Mye har skjedd i Oppsal skoles pikekor siden den gang. Nå i jubileumsåret har koret ca. 70 piker og i tillegg kommer aspirantkoret. Siden høsten 1966 har koret vært så heldig å ha organisten i Oppsal kirke, fru Marit Tennfjord, som dirigent. Det arbeidet hun har nedlagt har ført til at koret de siste årene har vært blant de fremste i landet.

Naboposten for 20 år siden Nr. 3 – 1997:

Oppsal-historie på video

Er du interessert i hvordan boligbyggingen i bydelen vår foregikk? Nå har du sjansen til å lære mer om dette. Du kan se og høre noen av Oppsals eldste innbyggere som forteller om temaet på en ny video. Og videoen kan lånes på biblioteket på Oppsal! I 1953 startet byggingen av de første blokkene på Oppsal, det var Oppsal borettslag i Haakon Tveters vei. I dag er det i alt 20 borettslag i distriktet med mange tusen innbyggere. Men boligbyggingen på Oppsal startet alt mellom 1900 og 1920.

v/ **Johan Hindahl**

BARNAS AKTIVITETSTILBUD HØST 2017

Utdeling av min kirkebok til 4-åringer

Søndag 24. september inviteres alle 4-åringer til å motta min kirkebok

Familiegudstjenester er gudstjenester for alle, men spesielt tilrettelagt for barn. Denne høsten har vi planlagt gudstjenester hvor alle 2-, 4-, 6-, 8-, 11- og 12-åringer er spesielt invitert. Alle døpte og tilhørende får invitasjon i posten når det er deres tur.

Familiegudstjenester

24. september: Utdeling av «Min kirkebok» 4-åringer i Oppsal kirke

29. oktober: Utdeling av 2-års bilde og «Min kirkebok» til 4-åringer i Søndre Skøyen kapell

12. november: Utdeling av 2-års bilde i Oppsal kirke

26. november: «LysVåken» gudstjeneste i Oppsal kirke



Yippi! Snart flytter vi tilbake til menighetssalen 😊



Etter konfirmasjon i september er menighetssalen klar til bruk igjen. Gudstjenester og barneaktiviteter flyttes tilbake til kirkelokalene.

Vi gleder oss til åpningsgudstjenesten søndag 24. september kl. 11.00 der alle 4-åringer er spesielt invitert.

SPRELL LEVENDE

Velkommen til søndagsskolen!

Det er søndagsskole på en del gudstjenester. Følg med på gudstjenesteplassen i Naboposten og se eget program på www.oppsalmenighet.no

FAMILIEMANDAG



I oddetallsuker på mandager

Dørene åpnes kl. 16.30

Middagen starter kl. 17.00. Vi er ferdige kl. 18.45

Sommeravslutning 19. juni. Oppstart 28. august

Kom til ferdig middag og dekket bord, vi spiser og prater sammen. Etterpå har vi aktivitet og sangstund i korggrupper.

Vi setter pris på at du melder fra at du kommer til e-post:

dw837@kirken.no. Ta gjerne med naboer, familie og venner.

OPPSANG (1- 5 år)

BARNEGOSPEL (6-10 år)

Øver på mandager kl. 18.00-19.00



Sommeravslutning 19. juni. Oppstart 28. august

Liker du å synge, eller er du interessert i å lære å synge og være med i et godt felleskap med barn på din alder? Oppsang er for deg som er 1-5 år, og barnegospel for deg som er 6-10 år.

Vi øver på mandager kl. 18.00- 19.00 og deltar på enkelte «barnas gudstjenester» i Oppsal kirke og Søndre Skøyen kapell. Vi organiserer egne konserter i juni og desember.

PÅMELDING TIL DÅP

Ta kontakt med

Kirketorget

Grønlandsleiret 31, 0190 Oslo

Telefon: 23 62 90 09

E-post: kirketorget.oslo@kirken.no



Kontaktinformasjon:

E-post: dw837@kirken.no

eller følg med på:

www.oppsalmenighet.no,

www.facebook.com/oppsalmenighet

OPPSTART BABYSANG (0-1 år) 31. AUGUST

Sommeravslutning 19. juni. Oppstart 31. august

Babysang er et sosialt familietilbud for hjemmевærende mødre, fedre og besteforeldre med småbarn (0-1 år). Vi har et godt felleskap med deltakere fra flere kanter av byen. Tilbudet er åpent og uten påmelding hver torsdag kl. 12.00 utenom skoleferiene.

På grunn av serveringen tar vi deltakeravgift på 50 kr/gang. Du kan også velge å betale 400 kr for 10 ganger slik at du slipper å tenke på kontanter hver gang du ønsker å delta. Velkommen 😊 Følg med på www.facebook.com/babysangoppsal



Møteplassen for gamle og nye naboer på Oppsal



Møteplassen, i Opusbygget ved Oppsal kirke, er et samarbeid mellom bydel Østensjø, Krafttak for flyktninger, Oppsal frivilligsentral, Oppsal menighet og nabolaget. De inviterer flyktninger bosatt i området til fellesskap og

nettverksbygging i sitt nye nabolag. Det handler om å bli kjent, og å være en god og interessert nabo. Sammen lager vi et godt nabolag. Vi ønsker at møteplassen blir et trygt sted å være sammen, bli kjent, få svar på spørsmål

og få et nettverk i nabolaget. På treffene kan både leksehjelp, høytlesning/lytting og språkkurs være aktiviteter som kommer inn. Neste samling er 12. juni. VELKOMMEN!

Vil du bli med som frivillig så ta kontakt med Oppsal menighet på ES765@kirken.no, eller på 23 62 99 72, eller Oppsal Frivilligsentral på frivilligopp@live.no, eller 22 75 84 84.



KONFIRMANTER 2018

I slutten av september 2017 vil alle dømte fjortenåringer få en informasjonsbrosjyre med detaljert informasjon. Påmelding via nettet på hjemmesidene til Oppsal menighet: <http://oppsalmenighet.no/>

Viktige datoer:

Torsdag 19. oktober kl. 19.00 - 20.30: Informasjonsmøte i Oppsal kirke for foresatte og konfirmanter.

Søndag 12. november: Frist for påmelding

Lørdag 3. februar: KICK OFF SAMLING

Søndag 4. februar: Presentasjonsgudstjeneste

Lørdag 8. september kl. 11.00, 13.00 og 15.00 Konfirmasjon i Oppsal kirke

Søndag 9. september kl. 11.00 Konfirmasjon i Oppsal kirke

Søndag 9. september kl. 13.00 Konfirmasjon i Søndre Skøyen kapell

Kontakt kateket Monika Skaalerud dersom du har spørsmål: ms349@kirken.no, tlf. 23 62 99 70

Oppsal treffsenter 60 pluss

Oppsal samfunnshus

Vetlandsveien 99/101, 2. etg

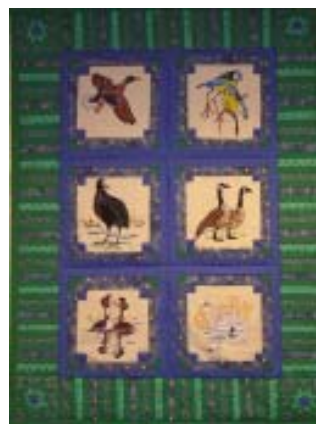
Et trygt møtested for selvstendige og aktive 60 pluss innbyggere. Vi tilbyr mange forskjellige aktiviteter som fremmer helse og forebygger sykdommer. I tillegg holder vi forskjellige kurs og veiledninger. I vår hyggelige kafeteria serveres lunsj mandag og onsdag, tirsdag og torsdag har vi middag. Fredager er grøtdag.

Vi kan også friste med gode smørbrød og nystekte vaffler til kaffen.

Velkommen inn og se vårt varierte program.

For mer informasjon: Bestyrer Nazanin Reyazikhoei. Tlf: 907 07 004

Mail: nazanin.reyazikhoei@bos.oslo.kommune.no



Kontakt oss når du skal selge!

Vår sterke lokalkunnskap gjør at vi oppnår god pris på salg av bolig. Vurderer du å selge? Ta kontakt med oss i dag for en uforpliktende verddivurdering.



**Alexander
Klemp**

*Fagansvarlig
Eiendomsmegler*



**Sven Yngve
Hovland**

*Eiendomsmegler-
fullmektig*



**Steinar
Gulbrandsen**

*Eiendomsmegler
MNEF*



**Christopher
Sæter**

Eiendomsmegler

OBOS eiendomsmeglere Oppsal

Haakon Tveters vei 88, v/Oppsal Senter
Telefon 23 12 65 60



Oppsal kirke: Gladnyhet fra byggeledelsen!

Oslo kommune, bygnings-
etaten har nå godkjent
byggesøknaden for kirken.
Det betyr at arbeidene
med ventilasjon, rømnings-
veier og toalettanlegg kan
igangsettes i nær fremtid.
Det er også klarlagt at
kirken vil åpnes for guds-
tjenester og kirkelige
handlinger fra og med
konfirmasjonen i septem-
ber. Vi tar mål av oss til å
feire åpningen av kirken,
som har blitt meget vakker
både utvendig og innven-
dig, i september.

Vi vet ikke når vi kan starte
utleie i underetasjen ennå,
men kirken vil være åpen
for konserter og skoleguds-
tjenester før jul. Det gleder
vi oss til!



Besøk vår brukervennlige
nettside for å komponere
gravstein:
www.ellingardmonument.no

Velkommen til vår store
utstilling i Oslo: Alle hverdager
mellom kl 08.00-16.00,
eller besøk et av våre sam-
arbeidende begravellesbyråer



- Salg av gravstein
- Oppussing
- Inskripsjoner
- Oppretting
- Bolting

Østre Aker vei 103
Telefon: 22 15 55 50
E-post: monument@ellingard.no



Lions er 100 år!

Lions inviterer til familiedag på Ekeberg
lørdag 10 juni kl. 10.00!

Det vil bli leker og aktiviteter for barna.

**Gjennomfører barna en aktivitetsløype, får de billett til en
runde med riding på hest eller en tur med hest og vogn.**

Det blir boller, frukt og drikke.

Bli med oss på feiring og bli kjent med Lions du og.

Velkommen til en hyggelig familiedag på Ekeberg!



Lions klubbene i
Hauketo - Nordstrand - Bekkelaget -
Ormsund - Ekeberg - Bryn - Bøler og
Rustad/Lambertseter



EKT Rideskole og Husdyrpark
ESTABL. 1988

Skøyenåsen Legekontor

Vi har utvidet og har nå både en kvinnelig og en mannlig lege.

Vi utfører:

- Allmennpraksis og sykebesøk
- Gynekologi og kvinne-medisin
- Familiemedisin
- Små-kirurgi og lab

Våre åpningstider er mandag til fredag

kl. 09:00 - 15:00

Tlf: 22 75 72 70

Følg oss på facebook
Skøyenåsen Legekontor



Vi ønsker nye og gamle pasienter velkommen



Trenger du følge til lege, tannlege, sykehus eller frisør?

Vi har frivillige som kan følge deg som en ekstra trygghet hvis du er ustø eller usikker på turen alene. Ta kontakt en uke i forveien, så finner vi en frivillig som er ledig til dagen du trenger det.

Trenger du hjelp til noe praktisk hjemme?

Vi har frivillige som kan hjelpe med enkle oppdrag i hus eller hage.

Sentralen holder til i OPPSAL SAMFUNNSHUS 3. ETG.

Åpent mandag-fredag mellom 10 og 15 eller kveldstid etter avtale.

Telefon: 22 75 84 84

e-post: frivilligopp@live.no

Tilknyttet Grasrotandelen!

Velsmakende mat til alle anledninger



- Alt i catering
- Eget konditori
- Selskapslokaler



Matspecialen AS

Ole Deviks vei 26, 0666 Oslo

Tlf **23 03 95 00**

Faks **23 03 95 10**

Deilige retter til rett tid – www.matspecialen.no

*En annonse i
Naboposten synes,
som du ser!*

REMA 1000

REMA 1000 Oppsal,
Vetlandsveien 68

Veterinær

Heidi Nøstvig

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

Hellerudsvingen 5, 0684 OSLO

Tlf: 950 71 012

NORGES ELDSTE
BEGRAVELSESBYRÅ

Avd Nordstrand: Tlf 23 16 83 30

Avd Majorstuen: Tlf 23 19 61 50

www.wangbegravelse.no

(tidl. Nordstrand Wang Begravelsesbyrå)

wang
NORDSTRAND



DØPTE

Sander Veum-Adra
Lukas Ihlen Laustsen
Maja Risvaag Justad
Casper Nabben Kolstad
Noah Haug Sletner
Lilly Stenerud Riddervold
Anna Vigestad Brasøygård
Lily Emmylou Antonsen
Kendra Ukkestad Johansen
Elof Johann Pettersson
Grimstad
Leah Halvorsen Tangen
Sara Maria Marthinsen
Josefine Hamilton-Edwardsen
Marie Skeie Gilbø
Ella Akselsen Okkenhaug
Kasper Knuts-Andersen
Lucas Almeida
Julia Skriden-Martinsen
Sigurd Jun Kviberg
Jonas Kjærnes-Nysted
Maja Erichsen Solbakke
Siri Stølevik
Else Mathilde Svendsen
Simon Minte Olimstad Braathu



VIGDE

Linda Olsen og Hans-Martin
Forfot
Camilla Ude og Arne Strand

DØDE

Egil Skaalerud
Ellen Alice Gullerud
Marit Børter
Eva Marie Stensby
Inger Magnussen
Odd Johnsrud
Målfrid Grønnerud
Tom Gunnar Kirkeby
Bjarne Hilding Tangen
Helmuth Peter Hansen
Solveig Fredrikke Antonsen
Ottar Inge Holm
Kari Vole
Torun Herbjørg Taraldsrud
Dagmar Edel Biermann
Borghild Konstanse Bue
Astrid Granum
Solveig Edith Larsen
Bitten Borgen Hansen
Berit Pettersen
Britt-Karin Backe
Mary Kathinka Christoffersen
Ruth Jensen
Berit Hallø Petersen
Søren Wiersholm
Åse Bråten
Rolf Nordby



OFRINGER I SSK/OPPSAL

19.03 Alpha	4.729.-
26.03 Eget arbeid	3.928.-
02.04 Kirkens Nødhjelp	6.830.-
09.04 Eget arbeid	6.722.-
16.04 Eget arbeid	9.834.-
23.04 Eget arbeid	6.369.-
30.04 KFUM/KFUK	5.262.-
07.05 Eget arbeid	5.710.-
14.05 NMS	6.507.-
21.05 Eget arbeid	7.589.-

Nytt fra MR

Menighetens årsmøte ble avholdt 02.04 etter gudstjenesten. Det ble lagt frem rapporter og planer for virksomheten som viste at det fortsatt er en god oppslutning om gudstjenester og arrangementer i Oppsal. Årsmøtet diskuterte denne gangen særskilt hvordan menigheten skal nå ut med sine gode tilbud, som familiermandager og barnekor, til barnefamilier i området. Mvh Jan (daglig leder)



Velkommen til gudstjeneste!



Det er mulighet for dåp hver søndag unntatt i gudstjenester merket med *
Gudstjenestene er kl. 11.00 hvis det ikke står noe annet.



Nattverd



Familiegudstjeneste



Søndagsskole



Oppsal kirke
Kirkeskyss? Ring mellom
kl. 09.30 & 10.00 samme dag.
Tlf.: 952 73 067



Søndre Skøyen kapell

Søndag 4. juni
Pinsedag
1 Mos 2,4–9
Apg 2,1–11 eller Rom 8,9–11
Joh 20,19–23

Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.

Gudstjeneste m/nattverd
Endre Olav Osnes



Ofr: eget arbeid

Mandag 5. juni
2. pinsedag
Joel 3,1–2
Apg 10,34–48
Joh 16,5–11

Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.

Felleskirkelig pinsefest for hele prostiet i Holmlia kirke

Søndag 11. juni
Treenighetssøndag
5 Mos 6,4–9
1 Pet 2,4–10
Matt 28,16–20

Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.

Gudstjeneste m/nattverd
Egil Morvik og
Kåre Skråmestø



Ofr: Søndagsskolen Norge

Søndag 18. juni
2.s. i Treenighetstiden
2 Mos 14,15–22
Tit 3,4–7
Matt 3,11–12

Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.

Gudstjeneste m/nattverd
Hans Jacob Finstad



Ofr: Østmarkskapellet

Søndag 25. juni
3.s. i Treenighetstiden
Jes 25,6–9
Åp 19,5–9
Luk 14,15–24

Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.

Gudstjeneste m/nattverd
Endre Olav Osnes



Ofr: Eget arbeid

Søndag 2. juli
4.s. i Treenighetstiden
1 Mos 25,27–34
1 Kor 9,24–27
Mark 10,17–27

Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.

Gudstjeneste m/nattverd
Hans Jacob Finstad



Ofr: Stiftelsen Korsvei

Søndag 9. juli
5. s. i Treenighetstiden
Jer 23,16–24
1 Joh 4,1–6
Matt 7,15–20

Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.

Gudstjeneste m/nattverd
Hans Jacob Finstad



Ofr: Fjellhaug skoler

	Oppsal kirke	Søndre Skøyen kapell
Søndag 16. juli Aposteldagen 6. s. i Treenighetstiden 1 Mos 12,1–4 Rom 1,1–7 Luk 5,1–11	Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.	Felles gudstjeneste i Bøler kirke.
Søndag 23. juli 7. s. i Treenighetstiden 1 Mos 16,1–13 Prekentekest 1 Joh 4,7–10 Luk 15,1–10	Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.	Gudstjeneste m/nattverd Hans Jacob Finstad  Ofr: Himalpartner
Søndag 30. juli 8. s. i Treenighetstiden 2 Mos 32,1–4.30–35 1 Joh 2,15–17 Matt 6,19–24	Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.	Gudstjeneste m/nattverd Endre Olav Osnes  Ofr: Eget arbeid
Søndag 6. august 9. s. i Treenighetstiden Hos 6,1–3 Rom 8,31–39 Matt 11,28–30	Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.	Felles gudstjeneste i Bøler kirke.
Søndag 13. august 10. s. i Treenighetstiden Salme 32,1–11 1 Pet 3,8–13 Luk 5,27–32	Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.	Gudstjeneste m/nattverd Endre Olav Osnes  Ofr: Eget arbeid
Søndag 20. august 11. s. i Treenighetstiden Jes 64,6b–65,2 Rom 9,2–5; 10,1–4 Matt 23,37–39	Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.	Gudstjeneste m/nattverd Kåre Skråmestø  Ofr: Eget arbeid
Søndag 27. august 12. s. i Treenighetstiden Salme 116,1-9 Ef 2,1-10 (prekentekest) Luk 15,11-32	Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.	Gudstjeneste m/nattverd Kåre Skråmestø Reformasjonstema 1: Nåden alene Ofr: KRIK 
Søndag 3. september 13. s. i Treenighetstiden Salme 92,2–6.13–16 1 Kor 12,4–11 Matt 25,14–30	Oppsal kirke stengt pga rehabilitering. Gudstjenestene er i Søndre Skøyen kapell.	Gudstjeneste m/nattverd Endre Olav Osnes  Ofr: Eget arbeid
Lørdag 9. september Jes 27,2–6 1 Kor 1,1–3 Matt 20,1–16	Kl. 11. Konfirmasjon (*) Kl. 13. Konfirmasjon (*) Kl. 15. Konfirmasjon (*)	
Søndag 10. september Vingårdssøndag 14. s. i Treenighetstiden Jes 27,2–6, 1 Kor 1,1–3, Matt 20,1–16	Kl. 11. Konfirmasjon (*)	Kl. 13. Konfirmasjon (*)

Alle konfirmasjonsgudstjenester lørdag og søndag i Oppsal kirke og Søndre Skøyen kapell ved sokneprest Kåre Skråmestø og kateket Monika Skaalerud.
Ofring til menighetens ungdomsarbeid.

"Noen er med meg, alltid:"

Marianne er en av de mange som er aktive i Oppsal menighet. Hun er leder i menighetsrådet og forbereder for kveldsgudstjenestene for ungdom som holdes i Søndre Skøyen kapell. Hun er oppvokst på Oppsal. Og kirken har alltid vært en del av hennes liv.

- Jeg har alltid gått i Oppsal menighet. Dette er barndomskirken min. Jeg gikk på søndagsskole i kirken, og begynte i speideren som 7-8-åring. For jeg er en av de "innfødte", sier Marianne.

Ledertrening

Som speiderleder fikk Marianne ledertrening. Og som voksen begynte hun å synge i kirkekoret. Koret var viktig for henne, og her hadde hun sitt miljø.

- Jeg fikk etter hvert utfordringer i kirken, og svarte ja på det. Det med frivillighet betyr også at noen ser deg. Både det å bli spurt og takke ja til frivillighet er to sider av samme sak. De som har gaver til å se andres talenter og tørre å spørre om en tjeneste, er svært verdifulle.

Blir sett og kan delta

For Marianne har menigheten alltid vært noe hun kommer tilbake til. Det har vært en viktig del av



livet hennes, både på godt og vondt. - Den matcher mitt gudsforhold, og jeg har funnet mitt åndelige hjem i Oppsal kirke. Jeg er en del av et fellesskap hvor jeg blir sett og kan delta.

Troen gir meg fremtidshåp

Troen er svært viktig for Marianne. - Hvis jeg ikke hadde hatt den, ville det vært et "her-og nå-jag", presiserer hun. Og legger til at troen gir henne trygghet, fremtidshåp og visshet. - Det er noen med meg alltid.

Marianne er til daglig

sykepleier på Nordseter-hjemmet, og har derfor god erfaring med å være mennesker til hjelp. - Som menighetsrådsleder prøver jeg å være leder i et råd som skal gi føringer og strategier.

Være en levende menighet

Marianne ønsker seg en kirke med et budskap og med aktiviteter som treffer både de som går der regelmessig, og de som ikke kommer der til vanlig. - At vi klarer å være en levende menighet i det daglige, er mitt ønske for Oppsal menighet.