

RISBLADET

påskenummer



**Petter Amundsen er skihopper
og organist i Holmenkollen kapell**

Tro, hopp og kjærlighet

Risbladet

Nr 1 – 2023

Utgis av
Ris menighetsråd
Opplag: 12 300
Bladet deles ut
av Bring
til adressater i
Ris menighet.
Bladet kommer ut
fire ganger i året.

Ansvarlig utgiver:

Ris menighetsråd
v/leder
Andreas Seierstad
amse@vikenfiber.no

Layout:

Ida K. D. Kristiansen

Redaksjonen:

Andreas Seierstad
Øyvind Gaukstad
Johan Ditlev-
Simonsen
Gunnar Westermoen
Bjørn Tønnesen
Yngvar A. Husebye
Ida K. D. Kristiansen

Annonser:

gunnar@husan.no
Tlf: 911 21 216
Frist annonsemateriell
til nr. 2 2023:
Slutten av mai 2023

Trykk:

X-Idé as

Neste nummer:

Risbladet nr 2/2023
kommer i postkassene
i juni

Frivillig

abonnement:
1503 02 20061
Giroen merkes
"Risbladet"

Støtt vårt arbeid!

VIPPS 10182

Forsidebilde:

Petter Amundsen med
hoppdress, hjelm og
hoppski
Foto: Bjørn Tønnesen

Kjære leser

tusen takk for at du leser
Risbladet. Vi synes det er
viktig å fortelle litt om det
som skjer i Ris menighet,
og med våre to kirker Hol-
menkollen kapell og Ris
kirke. Vi håper at de som
søker til kirken finner glede
og kraft i alt det rike og
viktige som en gudstjeneste
inneholder. Refleksjon og
bønn, sang og musikk,
nattverd og ettertanke. Og
ikke minst samhold.

I en tid med stor uro i
verden er det både godt
og viktig å stå sammen,
være sammen, og kjenne
på samhold. Etter årene
med pandemi og nedsteng-
ning ser vi at det er en del
sosial uro, ensomhet og
identitetssøken. Og tenk
på det; er man 7-8 år i dag
har store deler av det bevis-
ste livet vært inndeling i
kohorter, digitale tiltak og
manglende sosial trening.
Dette rapporteres det også
fra skolene våre. Vi trenger
derfor mer sosial trening,
mer tid sammen.

Leder

Yngvar A. Husebye
Daglig leder i Ris



Det er derfor svært glede-
lig at så mange nybakte
foreldre kommer til me-
nighetshuset for babysang
og samvær. I tillegg til stor
glede og inspirasjon for det
lille barnet gir det støtte
for mødre og fedre som
har mye å tenke på ellers.
Babysang er et åpent tilbud
hver mandag kl. 11.00.
Hver fredag etter skoletid
kommer titalls barn i alde-
ren 10 til 12 år for å ha det
moro og hyggelig i klubb-
tilbudet 'Slush'. Et åpent
tilbud i trygge rammer her
i menighetshuset. Nå for
tiden møtes også alle våre
flotte konfirmantungdom-

mer (273 i tallet) til jevn-
lige møter, med undervis-
ning og sosialt samvær.
De gleder seg også til
konfirmantleir i Grimstad
rett etter skoleavslutning
for sommeren. Samholdet
betyr noe, det er viktig.

Det er også mange eldre
som vi gjerne møter til
samtale, musikkstunder
og gudstjeneste. Ikke alle
kan komme til kirken, så
da kommer kirken til dem.
Det kan være regelmessige
besøk til Vinderenhjem-
met og bofellesskapet
Diakonveien Omsorg+,
eller besøk på for eksempel
Vinderen seniorsenter. Vi
ser at mange setter pris på
å være sammen med oss,
og samholdet gir styrke i
hverdagen.

Når er det vår og lysere
tider på gang. Påsken gir
håp. La oss sammen bygge
på håpet og søke sammen.

Yngvar

Giro i midten av bladet går til frivillig abonnement
Husk at du også kan støtte oss på VIPPS 10182.
Takk for din støtte!

Husk menighetens årsmøte i menighetshuset søndag 23. april kl. 12:30



Ønsker du å ha selskapet ditt hos oss?

Storsal (150/200 stk)|Peisestue (60 stk)|Kjellerstuen (70 stk)

Tlf.: 23 62 94 70
Epost: post.ris.oslo@kirken.no
kirken.no/ris

PÅSKELUNSJ

Velkommen til en hyggelig samling på
menighetshuset onsdag 26. april.
Vi spiser lunsj sammen, synger noen flotte
påskesalmer og får høre et kåseri fra
sokneprest Paul Erik Wirgenes.

26. APRIL KL. 13-14.30

Arrangementet er gratis, men ta gjerne med
noe godt til bordet.

Påmelding til diakon Ragnhild
tlf. 484 03 498 eller
RH988@kirken.no



Jazzfeiring i kapellet

Velkommen til feiring av nyrestaurerte Holmen-
kollen kapell tirsdag 25. april kl. 18.

Anerkjente Caledonia jazz-
band holder konsert og alle
ønskes velkommen. Gratis,
lett bevertning.

I etterkant av konserten avholdes årsmøtet i
foreningen.



Kom og feire kjærligheten sammen med oss i Sangverket

Hurra for kjærligheten!

12. juni kl. 19:30 i Ris kirke



Det er mange måter å uttrykke kjærligheten på - også i musikken!
Du høre flørtende toner fra 1500-tallet, lengselsfulle folketoner og
ikoniske kjærlighetssanger fra vår tid.

Kanskje akkurat din romantiske favoritt dukker opp!

PS. Vi har åpne øvelser for nye medlemmer, og gjerne herrer.
Hvis du er interessert så ta kontakt med dirigent Inger Uberg
på e-post: dirigent@sangverket.no.

Ris quiz

Quizmaster **Øyvind A. Gaukstad**

løsning på side 17

1. Hva heter kateketen i Ris menighet?
2. Hva heter trosopplærervikaren i Ris menighet?
3. Hvor mange sogneprester har Ris menighet hatt siden starten i 1937?
4. Hvorfor feirer vi askeonsdag?
5. Hva kalles dagen før askeonsdag?
6. Hvorfor feirer vi palmesøndag?
7. Hva betyr ordet påske?
8. Hva er et antependium?
9. Hvor høyt over havet ligger Tryvannshøyden?
10. Hvor ligger Anne Kures sti?

Nå er kapellet ferdig!

Den omfattende rehabiliteringen ble fullført tirsdag 31. januar 2023.

➡ Stein Erik von Hirsch
📷 Bjørn Tønnesen (stort)/ privat (lite)

Holmenkollen Kapells Venner ble stiftet 8. september 2011 etter initiativ fra Hans Herman Horn. Foreningen har i alle år bidratt til vedlikehold av kapellet. Høsten 2021 ble det i regi av Kirkelig fellesråd i Oslo (KfIO) foretatt fuktighetsmålinger i kapellet og det ble da avdekket svært omfattende råteskader i hele kapellet, noe som var svært overraskende kappellets alder tatt i betraktning. For å redde kapellet måtte det straks igangsettes omfattende rehabiliteringsarbeider. Arbeidene ble påbegynt i januar i fjor av Karlsen & Nordseth Entreprenør AS som har rammeavtale med KfIO. KfIO har det juridiske ansvaret for vedlikehold av kapellet. Rehabiliteringen ble igangsatt til tross for at KfIO ikke hadde noen finansieringsplan på plass og KfIO selv bare kunne bidra med et begrenset beløp på grunn av mangelfulle bevilgninger fra Oslo kommune. Hva gjorde man da?

Kapellets venner til unnsetning

Jo, Holmenkollen Kapells Venner måtte på banen for å samle inn penger til kapellet og takket være fantastiske givere med store bidrag fra stiftelser og enkeltpersoner fikk vi samlet inn i underkant av kr. 6 millioner! En stor takk til alle som har bidratt med å sikre kapellets fremtid. Uten disse bidragsyterne hadde det neppe vært mulig å redde kapellet. Et stort takk også! Ikke minst fordi Holmenkollen Kapell er et av de mest ettertraktede kirkebygg i Oslo med flest barnedåper og vielse i byen (ja i hele landet).

Kapellet er blitt vakrere enn noen gang og fremstår nå som svært solid og robust og meget godt beskyttet mot vær og vind. Vi må derfor også takke entreprenøren v/Jan Petter og Øistein Nikolaisen og prosjektleder



Selveste rehabiliteringssjefen Jan Petter Nikolaisen viser stolt frem det rehabiliterte kapellet

Terje Grindheim i KfIO for fremragende innsats og et flott sluttresultat, men så er det også deres spesialitet å rehabilitere kirker. Det ser man tydelig når man i dag besøker kapellet.

Omfattende håndverk

Av de omfattende rehabiliteringsarbeider som er utført kan særlig fremheves fjerning av omfattende råteskader i yttervegger og montering av nytt trevirke til erstatning for det som var råteskadet. Samtlige vinduer i hele kapellet - store og små - er som følge av råteskadene erstattet med helt nye vinduer. Det er montert nye beslag i kobber på vinduer og under bunnstokker og stående panel, samt nye nedløpsrør i kobber. Etter hvert som det nye kobberet «irrer», kan vi se at fargen forandrer seg til den nesten går i ett med beisefargen på veggene. Kapelltårnet er rehabilitert og hele kapellet er beiset på nytt etter at gammel beis er skrapet og slipt ned. Kappellets grunnmur er gravet opp og drenert. Snøfangere er montert på taket. Det er installert utvendige og innvendige LED-lys, det elektriske anlegget er delvis rehabilitert og var-

mepumper i kirkerom og kjellerrom er montert. Glass- og vindusmalerier er sjekket og rensert og alt glass i kirkerommet er byttet til 2-lags glass. Alle ytterdører er rehabilitert med nytt låssystem. Kapellet er dermed blitt varmere og sikrere! Det er også gjort enkelte utendørsarbeider som rehabilitering og maling av utvendig rekkverk og legging av skifer-heller langs kapellet.

Virksomheten opprettholdt

Til tross for de svært omfattende rehabiliteringsarbeider som har pågått gjennom et helt år har det likevel vært mulig å holde kapellet åpent til gudstjenester, barnedåper, viselser, bisettelser, konserter og annen møtevirksomhet. Her har åpenbart KfIO og Ris menighet utvist stor fleksibilitet og konstruktivt samarbeid. Nå er det snart tid for feiring av det «nye» rehabiliterte kapellet. Holmenkollen Kapells Venner skal ha sitt årsmøte i kapellet tirsdag 25. april klokken 18. Da skal det bli skikkelig feiring med musikalsk underholdning av Caledonia Jazzband. Da håper vi mange vil møte frem - også ikke-medlemmer.

Tro, hopp og kjærlighet

Hva får en 58-åring til å tenke: - Jeg har lyst til å hoppe 50 meter på ski?

➡ Andreas Seierstad
📷 privat

Petter forteller at det hele begynte under nedstengningene - da sto livet litt stille for mange av oss. En dag fikk han en utfordring fra Heming om å hjelpe til med å lage turorientering med temaet: De gamle hoppbakkene i Nordmarka. Som ski-historisk interessert med Nordmarka som spesial, grep han utfordringen. Ved Hytli-bakken dukket minnene opp. Litt hogst og frisering og en gammel og kjær arena kunne kanskje gjenoppstå? - og hva med å prøve seg selv?

Helt fremmed for hoppning var ikke Petter. Etter en oppvekst med ski i skogbrynet i Stjerneveien ble han i 1981 klubbmester i Heming i Schröder-bakken med 21 meter. I underbevisstheten ulmet nok drømmen om skihoppingen i mange år...

Så en dag tok han motet til seg og dro opp i det flotte Midstuanlegget - der man kan gå gradene fra K10, K20, K40, K60 og opp til K95-bakken.

Hvordan var det å sette utfor første gang i K10-bakken?

Jeg hadde angst. Det krever beslutsomhet og karakter å ta et skihopp. I det øyeblikket du forlater bommen og skiene er i sporet og hoppkanten nærmer seg med større og større fart (i K95-bakken 90 km/t), så er det ingen vei tilbake. Du må være i balanse og satse alt. Nøling gir dårlige resultater. Jeg landet stående på 7 meter, var utrolig lettet, og det ga mersmak. Etter et par økter i K10 begynte jeg å kikke bort på K20-bakken. I løpet av 14 måneder avanserte jeg til K95, og konfirmantene i Ris menighet kunne i mars 2022 samle inn penger til Kirkens Nødhjelps fasteaksjon - og som en challenge ved hundre tusen innsamlet ville Petter ta sitt første hopp i K95-bakken.



Det konkurreres aktivt som veteran-skihopper. Her er han avbildet med gullmedalje fra K40 og bronse K60, begge fra veteran-VM. Det er for øvrig også veteran-VM i Midstuen til høsten, som han også planlegger å delta på.

Hvordan er det for 60-åringer å hoppe i selveste K95 Midstubakken?

Nå blir Petter en blanding av sportsdiot og teologisk skolert musiker da han bøyer seg frem og forteller engasjert om «hoppets-teologi»: Du må risikere og satse alt (som for troen), på vei ned mot hoppkanten i større og større fart kommer assosiasjonene om «å vandre i dødsryggen dal», og tanken om «livets to utgan-



Petter viser plastbakken K60 i Midstulia

ger» blir mer anskuelig... MEN SÅ SKJER UNDERET! Du kommer ut i luften og du blir båret som på en pute av luft (eller av Ånden) og svever nedover bakken og lander trygt i «avgrunnen»! En utrolig følelse!

Mange skikarrierer kan få en brå slutt ved stygge fall - har du noe erfaring med å få «skrekken i deg»?

I Zakopane før jul hadde det vært et stort snøfall, men snøen var veldig tørr og det lugget i nedslaget, slik at jeg og flere andre tryna så det sang. Jeg var helt groggy og kom til meg selv først en stund etterpå, men jeg har ikke fått skrekken. Det er også noen andre organister og musikere som hopper og til høstens VM skal vi forsøke å lage VM-konsert i Kapellet.

Til slutt - hva er motivasjonen din for å drive med skihoppingen idag?

Skihopping er først og fremst lek - veldig morsom lek! Et sentralt teologisk poeng i dåpsliturgien i kapellet er å ta imot Guds rike som et lite barn og å bli som et barn igjen - dette lekne lever jeg i på begge sider av Holmenkollveien!

Nå er tiden til å si hva du mener, oppfordrer vår nye diakon:

- Hjelp oss å finne veier til et bedre fellesskap, slik at vi sammen kan gjøre noe med ensomheten mange kjenner på

Ragnhild Narvestad Hungnes er 27 år og kommer fra Prinsdal i Oslo. Hun begynte som diakon i Ris menighet i fjor høst, og brenner for at vi sammen hjelper hverandre i hverdagen og ser de rundt oss som kjenner på ensomhet.

↳ Ida K. Dørsjø Kristiansen

📷 Bjørn Tønnesen

Hvorfor ble du diakon?

Jeg ble interessert i å jobbe i kirken da jeg var aktiv som ungdom. Der var det mye liv og vi var 50-70 ungdommer hver torsdag. Jeg var særlig aktiv i TenSinggruppen. Vi lagde store oppsetninger, og jeg fikk utvikle meg som menneske. TenSing og KFUK-KFUM visjonen er «ung ansvar, voksent nærvær». Jeg ble etter hvert dirigent for et kor med 70 medlemmer. Det betød mye for meg og jeg ønsker å bidra til at andre får lignende muligheter.

Fortell mer om deg selv, hva liker du å drive med for eksempel?

Jeg er veldig glad i mennesker. Derfor tilbringer jeg mye tid med venner og familie. Ingenting slår kombinasjonen av godt selskap, frisk luft og fysisk aktivitet. Så kan du se meg på startstreken av flere triatlon i sommer. Kanskje jeg krysser noen målstreker også?

Hvordan var det å begynne i Ris?

Det er spennende, spesielt siden det ikke har vært en diakon her på noen år og nå som aktiviteter sakte kommer i gang etter koronanedstengningen.

Hva gjør en diakon, hva går jobben din ut på?

Det er et vanskelig spørsmål å svare kort på. For en diakon gjør drøsevis av forskjellige ting, store og små, synlige og usynlige oppgaver. Les gjerne årsmeldingen til Ris, så skal du få svar! Her i Ris jobber jeg



Ragnhild Narvestad Hungnes

for at folk har det bra og at vi bidrar til å bedre liv i og utenfor menighetens grenser. En diakon gjør mye omsorgsarbeid, men det er også en aktiviststilling! Menneskerettigheter, nestekjærighet og klima trues hver dag. Så skal diakonen egentlig bare være en faglig leder av det diakonale arbeidet i menigheten. Det er menigheten og alle vi som er en del av den som har ansvar for å se, handle og være rausere mot hverandre.

Ser du noen utfordringer?

Selv om vi har lagt en lang periode med nedstengning bak oss, er vi fortsatt veldig påvirket av de siste årene. Både som personer og menighet. Det er vanskelig å se i hverdagen, men i Ris menighet har personer som før var aktive blitt vanskeligere å få øye på. Aktiviteter som før var i full blomst, sliter med å skyte knopper. Dette gjør at ensomheten og følelsen

av å være ekskludert truer mange. Det er vanskelig å sitte på et kontor å pønse ut hva menigheten ønsker og hvem i menigheten som vil være med på å både skape nye tilbud og holde fast i de vi allerede har. I tillegg til at det er mange nye fjes for oss nyan-satte. Så jeg utfordrer leserne til å komme innom og si hva de vil gjøre i menigheten – ikke vent på oss! Vi i staben får til veldig lite alene, men er dyktige til å organisere og legge til rette for et levende menighetsliv!

Nettopp derfor har vi arbeidet en del med frivilligledelse og rekruttering den siste tiden. Som du får en smakebit av på neste side. Tiden min som frivillig i ungdomstiden og nå som voksen, har vært med på å forme meg og gitt meg venner for livet. Fellesskap og eierskap er to nøkkelord her, men også muligheten til å bruke egne talenter og utvikle nye ferdigheter.

FORSLAG TIL AKTIVITETER DU KAN ENGASJERE DEG I:

Engasjement, frivillighet, eierskap og en pulserende menighet: engasjer deg! Er du allerede frivillig? Inviter gjerne med flere. Mange venter på å bli spurt. Ta kontakt med diakon Ragnhild eller bruk skjemaet på nettsiden. På nettsiden kan du også se flere forslag til aktiviteter.

BARN OG UNGE:

Babysang-vert:

En babysangvert steker vafler eller gjør klart kaffe, te og frukt til deltakerne, og deltar i det sosiale fellesskapet.

Kontaktperson: Trosopplærer

Middag for alle:

En torsdag i måneden. Dette er spesielt rettet mot familier med små og større barn, men selvsagt også andre som ønsker. Oppgaver: kjøkkenhjelp, lage middag, rigge i forkant og rydde i etterkant. Lede sangstund for barn, hobbyverksted/andre aktiviteter. Kontakt: prest Line Lindholm

Speideren:

Ris kirke har en lang tradisjon med speidervirksomhet. Vi møtes på tirsdager mellom 18-19.30. Kontakt Unni Bjerke 988 54 328 (Frivillig)



DIAKONI, KULTUR OG VOKSNE Lørdagskafeen:

En lørdag i mnd inviteres særlig mennesker med psykiske utfordringer til vafler, spill og prat. Som frivillig hjelper man til med å steke vafler, sette frem ting og sosialisere med gjestene. ca 3 timer. Det er mulig å velge mellom å bidra mest praktisk eller sosialt.

Kontakt: Inger Merete (Frivillig) 41031566



Ris Forsangerkor:

Øver før gudstjenesten kl. 10.00 på dagens salmer og liturgi, og bidrar i stor grad til å styrke gudstjenestesangen. Man deltar når man har lyst og anledning. Kontakt: kantor Terje

GUDSTJENESTELIV:

Søndagsskole:

Vi har som regel alltid søndagsskole i Ris kirke utenom skoleferier. Har du lyst til å være søndagsskolelærer? Kontakt: prest Line Lindholm

Kirkevert og dåpsvert:

Oppgaver er bl.a. å dele ut program, salmebøker, ønske velkommen i døren, bistå med utdeling av kirkekaffe og prøve å være obs på nye mennesker som kommer i kirken. Dåpsvertene er spesielt fokuserte på dåpsfamiliene, Ta dem i mot og bistå med praktisk info eller hjelp.

Kontakt: Prester/sekretær Ida

Kirkekaffehjelp/baker:

Ønsker du å tilrettelegge for inkludering og god trivsel etter gudstjenestene? Menigheten trenger stadig både folk til å stille i stand/rydde og de som kan stille med bakverk.

Kontaktperson: Prestene

REKKVERK og LEVEGG

Kontakt oss for et godt tilbud!



Våre design leveres som rekkverk, levegger og gjerder som bygges etter behov og ønsket design.



Større stolpeavstand, bredere glassflater.



Glass og øvrige elementer innfestes inn i stolpene – bedre estetikk, lunere miljø og støydemping.

Våre design leveres som rekkverk, levegger og gjerder.

- ✓ Glass og øvrige elementer innfestes i stolpen – bedre estetikk, ly og støydemping
- ✓ Større stolpeavstand, bredere glassflater – bedre utsyn og design
- ✓ Tåler norske værforhold
- ✓ Kan bygges etter behov og ønsket design

Forefence produktene er designet og produsert i Norge.

Se vår hjemmeside for inspirasjon
www.forefence.com

FOREFENCE

SHOWROOM (etter avtale): Slemdalsveien 129 | 0777 Oslo
Tlf. 948 71 045 | post@forefence.com

Påske og vårtegn | Sokneprestens hjørne

Det er allerede noen uker siden de første vårtegnene ga oss sine første påminnelser om at vinteren også i år må slippe taket. Vi har noen isete måneder bak oss. Dagene har vært korte, islagene på veier og fortauer har vært sjelden tykke. Vi har hatt dager hvor veiene opp til Holmenkollen har vært stengt, og det har vært kø på akuttmottakene for behandling av beinbrudd. Men så hørte vi fuglene forsiktig begynte å synge. Meldinger om de første hestehovene i solhelningene kom, dagene ble merkbart lengre og solstrålene ga mer varme. Disse sterke årstidsendringene gir meg alltid mye glede over å bo i Norge. Jeg gleder meg over å gå sammen med naturen i det store skiftene mellom vinter, vår og sommer og høst. Jeg vet det skjer hvert år – men våren kjennes likevel ut som et mirakel. Jeg nyter å finne et solfylt sted i le, lytte til fuglesangen og kjenne varmen fra sola. Da takker jeg Gud for livet.

Som menneske og prest gir det stor mening for meg at vi feirer påske i sentrum av vårens opprør mot mørke og kulde. Det er et privilegium for

oss mennesker i nord at påsken skjer samtidig med naturens oppvåkning. I kirken er påskens drama et fortettet vårunder. Her gjøres mørke til lys og død til liv.

Vi starter **palmesøndag** og følger Jesus opp til Jerusalem. Her er glade hosianna rop og hyllest til Jesus som red inn i Jerusalem på et esel. Her er glede, men vi vet at folkets rop om korsfestelse bare er noen dager unna.

Skjærtorsdag er dagen for påskemåltid, fotvaskelse og den første nattverd. Her innstiftes det måltid som alle kristne over hele verden har feiret i sine gudstjenester i 2000 år. Etter måltidet går Jesus ut og ber med angst og uro i Getsemanehagen. Disiplene flykter og mørket fester grepet. Gudstjeneste på skjærtorsdag avsluttes med at alteret dekkes av og lysene slukkes. Nå er det mørke som rår.

Langfredagen er den lange dagen. Her er nattens arrestasjon og forhør. Her er fabrikkerte anklager og svik. Religiøse og politiske myndigheter går sammen om å korsfeste Kristus. Gudstjenesten på langfredag skjer



Sokneprest Paul Erik Wirgenes
Foto: Bjørn Tønnesen

med nakent alter og slukte lys. Vi leser den lange lidelsesfortellingen fra Matteusevangeliet. Og noen av oss går med i toget som bærer korset gjennom sentrumsgatene i Oslo. I Jesu utstrakte armer på korset favner Guds kjærlighet vår utsatte virkelighet.

Påskedag er oppstandelse og glede. Det er ikke døden som får det siste ord i vår tilværelse. Oppstandelsen kaster lys og varme inn i alle verdens avkroker. Det er en eksplosjon av vårens krefter. Da synger vi påskemorgen slukker sorgen og Deg være ære og andre store salmer med takk og glede for livets seier over døden.

Det er fint med solvegg og fuglesang. Men påskens drama som formidling av håp og kjærlighet er bare enda bedre!

Catering med tilhold på Ris

Mattis Mat tilbyr lokal catering både for store og små selskaper. Alt fra konfirmasjon, bryllup, dåp, fødselsdag, minnestund, kokkekurs og mer - til en rimelig pris!



Kontakt oss idag!



Tlf 97631925 post@mattismat.no mattismat.no Jegerveien 4, 0777 Oslo





Dalan.

ADVOKATFIRMA

EIENDOMSRETT - ARBEIDSRETT - CORPORATE FAMILIE- OG ARVERETT

Dalan advokatfirma er et av landets ledende fagmiljøer innen familie- og arverett. Vår familie- og arverettsgruppe består av ni advokater som legger vekt på faglig kvalitet, effektivitet og integritet i vårt arbeid.

Vi har omfattende erfaring med familie- og arverettslige problemstillinger.

Ta kontakt på post@dalan.no eller tlf. 23 30 86 00. Vi holder sentralt til i Oslo sentrum ved Borggården, rett overfor rådhuset.

Fridtjof Nansens pl. 6, 0160 Oslo

www.dalan.no

Nizars eventyrlige vannreise

Synet som møtte Nizar Seleman Utanga i Kirkens Nødhjelp for sju år siden ga lite grunn til håp, men siden den gang har hun vært med på å endre 126.000 liv i Mbulu i Tanzania. Det hele begynte med en brønn.

*Tekst og foto: Anette Torjusen/
Kirkens Nødhjelp*

Akkurat nå står verden i mange kriser. Krigen i Ukraina har rammet sårbare land hardt. Korn, gass og matolje har blitt mangelvare. Klimaendringene gjør at flere steder nærmest er ubeboelige. Flom, tørke, kriser og krig gjør at Kirkens Nødhjelps arbeid er viktigere enn noen gang. Pengene som samles inn i Fasteaksjonen i år går til hele Kirkens Nødhjelps arbeid og gjør at vi kan handle raskt i krig og kriser.

Vi vet at det nytter å hjelpe. Bli med til Mbulu i Tanzania.

– La meg løfte sammen med deg, så du ikke mister bøtta, sier Nizar Seleman Utanga, programarbeider i Kirkens Nødhjelp, og hjelper en ung gutt med å helle vann over i en dunk.

Vi er i den spektakulære Riftdalen. Der ligger Mbulu omkranset av fjell, solsikker og endeløse maisåkre. Så vakkert, men samtidig så røft og brutalt for de som bor her. I en årrekke har de kjempet mot tørke og vannmangel. Innbyggerne i landsbyen Goje, måtte gå mellom fem og seks timer hver dag for å hente vann. En landsby Nizar har besøkt jevnt og trutt de siste årene gjennom jobben sin.

– Sist jeg var her var det høy arbeidsledighet, stor fortvilelse blant bøndene, tomme skolebenker og mange var syke. Ingen hadde et sosialt liv. Det var det ikke tid og rom for, sier hun.

Verken mennesker eller dyr hadde vann.

– De som bor her gikk i fem-seks timer for å hente vann. Så langt var det til nærmeste kilde. Og det vannet de fant, var langt fra trygt, understreker hun.

I 2014 samlet det norske folk inn 250 millioner kroner til rent vann



gjennom TV-aksjonen, noe som ga vann til 1,7 millioner mennesker. En av landsbyene som har fått brønn er nettopp Goje. I Mbulu hvor vi er nå, har 126.000 mennesker fått tilgang til rent vann. Kirkens Nødhjelp har både boret etter vann og reparert brønner. Den dypeste brønnen er på 135 meter.

En fersk undersøkelse som er gjort i Mbulu og i Haydom, viser en nedgang fra 89 prosent til 35 prosent på sykdommer relatert til skittent vann.

– Jeg er så stolt, så stolt over å få være med på å endre så mange liv. Det er en helt annen atmosfære her nå. Folk er lykkelige, har jobb, skolene er fulle av elever, livskvaliteten har endret seg og bøndene kan igjen dyrke grønnsaker, sier Nizar.

Nizar er spesielt glad for at barn og unge endelig kan få tid til å være nettopp unge.

Selv om livet i Goje nå er godt, er det fortsatt stor vannmangel i Tanzania, noe som også gjelder større byer.

Fire millioner mennesker mangler tilgang til rent og trygt vann. 29 millioner mennesker har ikke tilgang til gode sanitærforhold.

Bli med å støtte årets fasteaksjon og Kirkens Nødhjelps arbeid.



Fasteaksjonen 2023
HÅP I EN DRÅPE VANN
Søndag 26. mars
og tirsdag 28. mars

Et håp kan begynne med en dråpe vann og gi en fremtid uten sult, fattigdom, sykdom og konflikt. Vær med i årets fasteaksjon og gjør en forskjell for de som trenger det aller mest. Din støtte redder liv.

For 250 kroner kan et menneske få tilgang til rent vann for resten av livet!

I år har vi 273 konfirmanter som stiller som bøssebærere, foreldre som hjelper til og frivillige fra menigheten som sørger for at alt går på skinner. Sammen skal vi sikre rent vann til flere mennesker! Konfirmantene skal gå fra dør til dør søndag 26. mars og tirsdag 28. mars. Ta vel imot dem!

Hvordan kan du gi?

....til konfirmantenes bøsse når de banker på

.... Vipps til 2426

....SMS med kodeord VANN til 2426 (250kr)

Husker du at du puttet på den pengene i den bøsset og tenkte jaja en dråpe i havet så ble det plutselig en brønn

Trygve Skaug





Lurer du på om du skal døpe barnet ditt?

↳ Paul Erik Wirgenes
↳ Bo Mathisen

I 2022 feiret vi 240 dåp i Ris. Aller flest dåp hadde vi Holmenkollen. Det er flest små barn som ble døpt – men også mange unge ble døpt før konfirmasjon. Innimellom er det flere søsken som kommer til dåp sammen. Det er også noen voksne som velger å bli døpt. Det er ingen aldersgrense for dåp.

I mange århundrer ble alle barn som ble født i Norge døpt som små barn. Så godt som alle mennesker i Norge hørte også til i Den norske kirke. Det siste hundre året har vi blitt en stadig mer sammensatt befolkning. Ikke alle ønsker å bli medlem i kirken, noen hører til i andre religioner og andre igjen ønsker ikke å høre til i en religion i det hele tatt. I dag er dåp noe som veldig mange foreldre diskuterer. Hva er de gode grunnene for å velge dåp av barn? Mange par er enige – og mange er uenige. Som prest har jeg ofte samtaler med foreldre om dette. Her kan dere lese noen av de gode grunnene til å velge kristen dåp:

Dåp er et viktig verdivalg

Foreldre gjør verdivalg for sine barn hele tiden. Gjennom ord og handling formidler vi grunnleggende verdier videre til våre barn. Religionsutøvelse er en naturlig del av barns rettigheter. Dette uttrykker en forståelse av

religion som en viktig og en naturlig del av en oppvekst. En god opplæring i kristen tro og tradisjoner er samtidig et godt grunnlag for å gjøre egne valg senere i livet. Noen foreldre velger å ikke døpe sine barn fordi de ønsker at deres barn skal velge selv. Kirken har selvsagt respekt for en slik praksis – samtidig som det ikke er enklere å velge noe man selv ikke kjenner.

Dåp er en flott måte å feire barnet og livet

I vår tradisjon er barnedåpen en av livets første store fester. Her uttrykker vi gleden over barnet og presenterer den lille for både storfamilie og lokalsamfunn. Det er et gjennomgående trekk i menneskets kulturhistorie å feire det nyfødte livet. Kirken er god på slike markeringer og gir en ramme og en mening til en slik livets fest.

Dåp er en viktig og en god tradisjon

For mange handler dåpen om lokale eller familiære tradisjoner, gode minner, å skape en dag for familien og å feire livet. Gjennom å døpe sine barn og gi dem en opplæring i kristen tro og verdier er man en del av den kultur og verditenkning som har utviklet vårt samfunn i mer enn 1000 år. Det er svært mange lokale tradisjoner knyttet til dåp, det er luefadder, dåpskjole, gudmor eller gudfar, dåpsteppe og mange, mange fler. Gode tradisjoner gir gode rammer for oppvekst og liv.

Dåpen formidler Guds kjærlighet

I denne tradisjonen lever troen på at Gud søker menneskene, og at menneskene søker Gud. Ett av ordene om vannet i vår dåpsliturgi er «Nådens kilde». Vi tror at dåpen rommer akkurat dette. Her er en kilde til nåde og kjærlighet som våre barn blir en del av.

Dåp gir tilhørighet til den kristne kirke – I Norge og over hele verden

I dåpen blir mennesker medlem i Den norske kirke. Uansett hvor den døpte kommer finnes det en kristen kirke og en tilhørighet. Dåpen knytter den døpte til Den norske kirker og til hele den verdensvide kirke. Dåpen åpner et livsrom for vekst og utvikling. De lange dåpskjolene er et symbol for at det som skjer i dåpen har livslang betydning. Her er masse å vokse i.

Dåp er for alle

Selve dåpshandlingen krever ikke noen spesielle forberedelser, utenom at du må ha en dåpsamtale i kirken på forhånd. Når unge og voksne vil døpes har vi ofte en innføring i kristentro og dåp før de blir døpt. Dåpen kan feires med en stor fest eller gjøres helt enkelt.

Velkommen til en prat

Dersom du eller dere ønsker å snakke om dåp eller diskutere dette med oss er dere hjertelig velkommen til en samtale med en av våre prester.

Oppstart: Middag for alle med småbarnssang!



Oppstart av middag for alle en torsdag i måneden.

Første gang 13.april i Ris menighetshus



Dørene åpner 16.00
Middag fra 16.30
Småbarnssang fra 17.00

Se mer på våre hjemmesider! kirken.no/ris



Velkommen til Oslo Golfklubb

SPISERIET
OGK

Tilbudet i klubbhuset er åpent for alle!

golfsimulatorer - kafé - restaurant - selskapslokale
minnestund - konfirmasjon - dåp - møterom - gratis parkering



www.spiseriet-ogk.no

Ankerveien 127, 0766 OSLO

www.oslogk.no

En Hverdagsvenn til deg selv eller en du er glad i

Aktivitetstjenesten
som sikrer en mer
aktiv og sosial hverdag
for seniorer!

Våre pålitelige Hverdagsvenner
kommer på besøk til faste tider.

Første besøk er gratis og
uforpliktende – deretter fra
125,- /timen.

Ta kontakt for en prat!

📞 970 08 612

www.hverdagsvenn.no

Besøkene tilpasses ønsker og behov:

- Gode samtaler og hyggelig samvær
- Aktivitet, gåturer og trening
- Kultur, hobbyer, sosiale møteplasser
- Følge til frisør og andre ærender
- og mye mer

Fersk utgivelse fra Vestre Aker Historielag

Vestre Aker Historielag gir i disse dager ut
sin 30 års jubileumsbok til glede for bydelens
beboere og andre som er interessert i god
lokalhistorie.

Johan Ditlev-Simonsen
@monsds33@gmail.com

Vestre Aker Historielag er en av
landets største historielag med ca 800
medlemmer og det føltes naturlig og
riktig å gi ut denne boken med histo-
rier og fortellinger i fra historielagets
mangeårige virke. En gruppe under
ledelse av styrets nestleder Carl
Huitfeldt har det siste året jobbet
hardt og målrettet med prosjektet.
Det er plukket ut 50 av over et tusen
artikler fra historielagets medlems-
blader de siste 30 år. Carl forteller
at det har vært viktig å presentere et
representativt utvalg, og grovt sett
er boken delt inn i 10 deler; Aker og
Nordmarka, Gårder og plasser, Bek-
ker, vann og stier, Holmenkollbanen,
Personer i bydelen, Krig og okku-
pasjonstid, Hus og arkitekter, Barn,
oppvekst og idrett, Kirker i bydelen
– og Rariteter og mysterier.

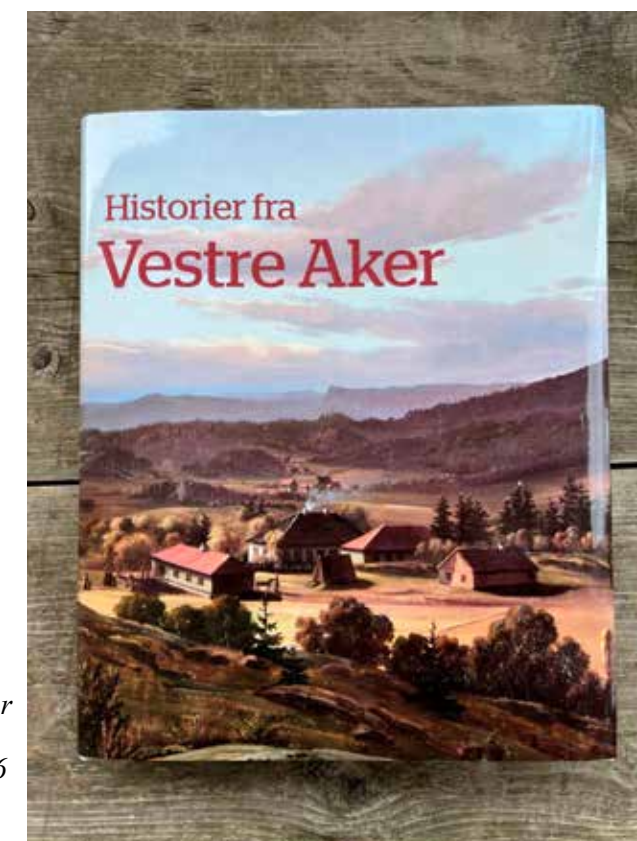
Gårdene i Vestre Aker som
Østre- og Vestre Holmen, Ris, Vok-
sen, Grimelund, Vinderen, Frøen
og Borgen - eller Tuengen, som for
øvrig pryder omslaget på boken,
dannet grunnlaget for utviklingen i
bydelen sammen med etableringen
av Holmenkollbanen som ble offisielt
åpnet av Kong Oscar II i 1898. Med
banen fikk også byens befolkning
tilgang til vår bydel og ikke minst
Nordmarka. Kunstige dammer ble
anlagt flere steder for produksjon av
is, og elver og bekker ble lagt i rør
og fikk forandret sitt naturlige nedløp
flere steder. Et utall kjente og inter-
essante personer har bodd i Vestre
Aker og mange av dem er presentert
i boken, som Thomas Heftye, Hans
H. Krag, Per Aabel, Tomm Murstad
med flere. Annen verdenskrig har fått
bred dekning med historier om helter,
hjemmefronten og dagligliv i en van-
skelig periode for vårt land. I denne
delen av boken trekker Carl Huitfeldt
frem sin favoritt blant artiklene; Gerd
Nyquists fortelling om sin avholdte
bror Odd S. Brønne som kun 21 år

*Vestre Aker Historie-
lags jubileumsbok hvor
Knud Bulls maleri av
Tuengen gård fra 1836
pryder omslaget på
boken.*

gammel ofret livet for sitt fedreland
som ung flyver i kampen mot den
tyske okkupasjonsmakten. Flere to-
neangivende arkitekter har gjennom
årene fått bolte seg i Vestre Aker.
Så vel Husebygrenda, Hansen-byen
på Vinderen som flotte og ikoniske
eksempler av funksjonalismen blir
presentert i boken.



*En svært fornøyd Carl Huitfeldt med
jubileumsboken foran familiens eien-
dom Store Frøen.*



**Her er også artikler om sko-
leliv, kirker, oppvekstvilkår,
idrettsliv og andre rariteter**
som totalt gjør denne flotte boken på
390 sider til en meget lesverdig og
anbefalt bok som historielaget nå hå-
per mange får glede av. I disse dager
kjøres bøkene rundt til historielagets
medlemmer – men den kan også for
andre interesserte fås ved å kontakte
historielagets energiske styremedlem
Hanne Groth på telefon 45429130.
Boken vil også sannsynligvis bli å få
kjøpt i bydelens lokale bokhandlere
og for dem som melder seg inn i
Vestre Aker Historielag nå vil boken
følge med årets medlemspris til en
svært billig penge.

I forbindelse med utgivelsen av
boken har Risbladet besøkt Carl
Huitfeldt på hans families eiendom
Store Frøen på Volvat. En fantastisk
sveitersvillvilla med stor hage like
bak Frognerparken som gjemmer
mye gammel Akerhistorie. Carl er
levende opptatt av at vi i bydelen tar
ansvar for vår egen historie og for-
midler dette til nåværende og kom-
mende generasjoner gjennom Vestre
Aker Historielag. Historielaget gir
hvert år ut 4 blader samt arrangerer
turer og foredrag for sine medlemmer
og på denne måten bevarer vår kol-
lektive hukommelse på en levende og
interessant måte.



RAGNAR BJERING, KJEVEORTOPED PHD

REGULERINGSTANNLEGEN PÅ VINDEREN

Tannlege Ragnar Bjerling tilbyr vanlig regulering, regulering på baksiden
av tennene og regulering med gjennomskjinnede skinner.

Ved siden av reguleringstannlege har vi også spesialister på:

- Tannimplantater / visdomstenner
- Krone / bro
- Røntgen

VI TILBYR TANNREGULERING FOR BARN OG VOKSNE



TannSpes

TannlegeSpesialistene i Oslo

Holmenveien 5G, 0374 Oslo
22 20 50 50
post@tannspes.nhn.no
www.tannspes.no

Lett adkomst med T-bane til Vinderen stasjon,
eller buss til Holmenveien
(linje 46) eller Ring 3 (linje 23, 24, 40, 260).

KORT VENTETID – GRATIS PARKERING

Der
kunnskapen
gror



Vi har et stort utvalg av grønne inneplanter!



Hageland

Skajem

Ditt hagesenter i Oslo Vest

Se vår hjemmeside
for åpningstider
og inspirasjon
www.skajem.no

Risveien 7
0374 Oslo
Tlf. 22 13 96 90



LAGERLEIE

Forskjellige størrelser
- standard 6 m2
Tørt og frostfritt,
ankomst med bil
Tlf.: 23 62 94 70
Epost: post.ris.oslo@kirken.no
kirken.no/ris



Ditt valg - Vårt ansvar

☎ 22 14 20 00
www.stormelegro.no

Stolthet - Tradisjon - Pålitelighet



DIN ELEKTROINSTALLATØR

Velkommen til oss!

Vi holder til i nye, moderne lokaler sentralt på Vinderen.
Lett adkomst med parkering og heis. Vi er faglig oppdaterte,
tilstreber høy kvalitet og setter av god tid til hver behandling.

Adresse

Slemdalsveien 70 B, 2. etg,
0370 OSLO

Timebestilling

Tlf. 22 70 39 90

Prøv oss!

Vi tilbyr blant annet:

- Røntgen med stor bilder som gir bedre oversikt
- Utfører implantatprotetikk
- Estetisk tannpleie
- Samarbeid med dyktige spesialister

VINDEREN TANNLEGENE

www.vinderentannlegene.no

Berg Lions Club



GI OSS BØKENE DINE

Vi tar imot bøker (ikke leksikon) og
i Godals vei 12, Tåsen, mandager kl. 18:00-19:30.
Grunnet koronasituasjonen kan mottaket i perioder bli
stengt og vi kan dessverre ikke for tiden hente bøker.
Se info på <https://facebook.com/LionsBokmarkedet>
Ring 988 31 809 eller 988 32 061 hvis du har spørsmål.

Vinderen

Rens & Skjorte

service

Vinderentorvet
Slemdalsveien 72
Åpent: 8-18 (9-16)

22 49 19 19

www.rensri.no

Svar på Ris quiz

1. Anne May Aakvik Agerup
2. Johanne Bjørnebye
3. 8
4. Askeonsdag er den første dagen i fastetiden
5. Fetetirsdag
6. Palmesøndag feires til minne om Jesu inn-tog i Jerusalem
7. Ordet påske stammer fra det bibelhebraiske ordet «pesach», som betyr «gå forbi, hoppe over»
8. Et antependium er et tøyestykke som blir brukt til å dekke og pryde alteret i kristne kirker
9. 529 m.o.h.
10. En gangsti i Voksenlia



JØLSTAD
begravelsesbyrå

Grefsen - Abildsø
Kirkeveien - Smestad
Kalbakken - Holtet
Sandvika - Asker

22 79 77 00 (24t)

Jolstad.no

SAGA[®]
BEGRAVELSESBYRÅ



Vi ordner alt det praktiske og er tilgjengelig hele døgnet. Hos oss er du i trygge hender.

Tlf : 4000 2460
www.sagabegravelse.no

GRAVSTEIN24[®]
- vi vet hvor mye det betyr for deg

Spar opptil 50% ved kjøp av gravstein hos oss.

Vi utfører alt av vedlikehold på eksisterende gravminner.

Kontakt oss, vi er her for å hjelpe deg.

Kontakt: Tlf: 4000 2448
E-post: post@gravstein24.no
www.gravstein24.no



NABOLAGET I GLEDE OG SORG

Gjelder for perioden 21.11.2022-12.03.2023

Døpte

Ris kirke

Arthur Ek Kvale
Heddy Josephine Glad Mikalsen
Tobias Dalquist Grendahl
Carl Jacob Slaatta-Loly
Lily Brusletto Steen
Josephine Stange Fottland
Axel Dyvi Reigstad
Gustav Blystad Astrup
Fredrik Johan Kringlegarden Kiær
Amanda Louise Larsen Dahle
Anny Stø Gryt
Max August Holst
Gustav Braaten Thorsnes

Julian Thuve Stene
Louise Bjørnø Sterud
Oscar Johan Sebastian Boge-Roth
Maud Sverre Asplin
Octavia Marchelie Bilberg Zeinar
Theodor Stokke Figenschou
Sofie Holvik Berge
Håkon Lerfaldet Ebbesen
Wilhelm Morken Agerup
Kaspian Sigurd Germundson-Larsen
Hans Wik Lippert
Sonja Solhaug-Groseth
Tuva Seim Bergheim
August Bugge Lervik
Bastian Harald Flatland Dobloug
Hennie Hoftun Ernø
Axel Trondsen Sveen
Johan Danckert Mellbye

Mari-Anne Teigum
Inger Mathea Ly Henencke
Dag Mjaaland
Øistein Solbjørg
Bjørn Haavardsholm
Ola Rune Aas Guldhall
Lis Merete Barlag
Karin Sønsteby
Lilja Theodora Haugli Nyland
Marit Bjerkely
Ruth Søndergaard Alsing
Erik Tønseth
Knut Alexander Lange
Hermann Alexander Kopp
Ivar Meltvedt
Bente Vibeke Opsahl
Trygve Ove Norum
Marit Bjørg Wiegaard Dahl
Birthe-Marie Schaanning Wahl
Susan Elisabeth Margareta Elmerskog
Solveig Hafsmoe Nordby
Gunvor Bergliot Amundsen
Aase Grundt Johns
Sigrunn Littlehamar
Jan Arnold Erichsen
Henrik Fleischer
Dag Jacob Torkildsen
Bjørn Mohn
Suzanne May Riiber
Harald Riiber
Aage Bertrand Aasness
Bernt Erik Ly
Liv Hammer
Randi Lagesen Kvernebo
Vera Jeanette Krogsrud
Jens Michael Lund
Petra Amanda Janner
Jorun Agnes Tharaldsen
Eva Waadeland Nordby

Holmenkollen kapell

Sofie Kornelia Falklev Brun
Cornelius Lorentzen Cheung
Felix Solum Kolmannskog
Isabelle Busk Larsåsen
Matilde Vebner Bjørland
Laura Berstad-Larsen
Sonja Hermine Evanger Fosså
Elisia Christine Brun-Falch
Mathilde Smeby Martinsen
Charlotte Næss Muri
Ellisif Sandvold Hagen
Knut Herbern Sestøl
Henry August Metcalf Blackwell
Lilly Marie Trellevik Heje
Emily Mills Bjørnstad
Alexander Mills Bjørnstad
Peder Magnus Kolstø Søråa
Lauritz Edward Sterud Devik
Casper Hjorth
Anna Solberg Almedal
Heddy Stärk Kittilsen
Lucas Løwenborg-Høgset
Madicken Beldring-Halmrast
Sarina Huber Kaas
Jenny Granum Helgesen

Viede

Holmenkollen kapell

Siri Choon Nymo og Håvard Johnset
Monica Flatås og Marcus Gustav Elmerskog
Camilla Thunes og Eirik Magnus Dingsør
Jill Kristina Nordhus og Petter Olav Vangbo
Ingrid Cathrine Nielsen og Fredrik Skau Medhus
Rebecca Seim Brekke og Håvard Bergheim
Margareth Sandvik Alfredsen og Martin Bjørgum
Silje Garshol Løvaas og Mads Petter Poulsen

Gravferder

Toralv Maurstad
Erling Aaby Lyche
Ruth Olastuen Hansen

Nystemt piano

Ring for avtale til
pianostemmer
Marianne Helle
971 12 875



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 kold- og varmtkjøkken har vi eget pøsemakeri hvor vi produserer blant annet pålegg, polser, 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
Nordtorggt. 7 - 0654 Oslo

UTLEIE AV

LYDANLEGG OG LYSUTSTYR

WWW.LLU.NO

Vi leier ut lydanlegg, lyseffekter og formidler diskjockeyer.

Ring **23 22 10 00**
eller bestill enkelt på vår hjemmeside



Kort om prestevikarene våre (frem til juli)



Foto: Bjørn Tønnesen

Anne Guro Grette, 23 år

Opprinnelig fra Hamar

40% prestevikar (primært konfirmant- og ungdomsarbeid, noen gudstjenester)

Hun liker best er alle de ulike samtalene med mennesker, kontakten med ungdommene våre og prekenkriving. Ingen dag er lik!

Gjør på fritiden: Studerer, pendler frem og tilbake fra Trondheim og mye annet diverse

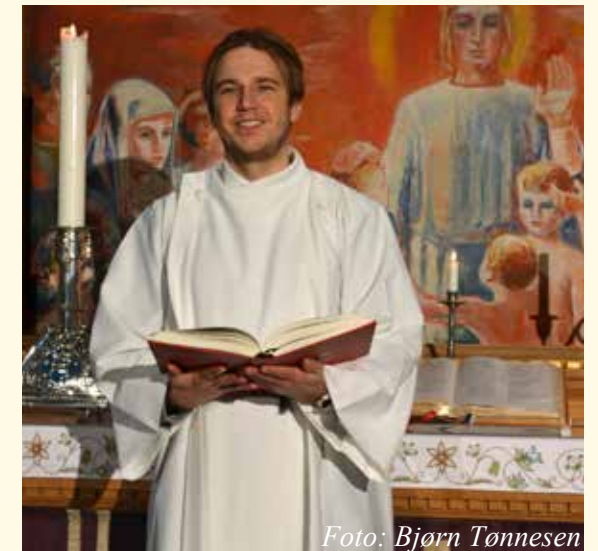


Foto: Bjørn Tønnesen

Petter Haug, 32 år

Fra Redalen, Gjøvik

70 % stilling prestevikar (primært gudstjenester og gravferd)

Han syns det er vanskelig å velge, men liker best de variert hverdagene, møtene med ulike mennesker, forkynde verdens flotteste og viktigste budskap.

Gjør på fritiden: Crossfit, fotball, venner, lese



NABOLAGS ADVOKATEN

ADVOKAT MORTEN PERSEN

Partner/Advokat MNA

Advokatfirma Morten Persen AS

Telefon: +47 908 33 624

Besøksadresse:

2. Etasje Røa Senter,

Vækerøveien 205, 0751 Oslo

www.nabolagsadvokaten.no



Sokneprest
Paul Erik Wirgenes
489 91 285
pw857@kirken.no



Kapellan
Line Lindholm
930 80 890
ll992@kirken.no



Daglig leder
Yngvar A. Husebye
408 14 258 / 950 83 000
yh226@kirken.no



Menighetssekretær
Ida K. Dørsjø Kristiansen
23 62 94 70
ik346@kirken.no



Diakon
Ragnhild Narvestad Hungnes
484 03 498
rh988@kirken.no



Kateket
Anne May Aakvik Agerup
400 16 802
aa269@kirken.no



Trosopplærervikar
Johanne Hegge Bjørnebye
jb647@kirken.no



Prestevikar
Petter Haug
926 96 727
ph445@kirken.no



Prestevikar
Anne Guro Grette
417 89 164
ag763@kirken.no



Kantor Ris
Terje Baugerød
951 10 962
tb529@kirken.no



Organist Holmenkollen
Petter Amundsen
928 89 790
pa798@kirken.no



Vaktmester
Zsolt Molnar
930 79 411
zm587@kirken.no



Styrer Rishaven barnehage
Katrine de Jong
905 04 873
post@rishaven.no

Spørsmål om dåp/bryllup:
23 62 90 09 (8-15.30)

FASTE AKTIVITETER

BABYSANG

mandager kl. 11: Foreldre og babyer:
Lek, sang og spise sammen

RIS KFUK-KFUM-SPEIDERE

tirsdager kl 18: Utendørsaktiviteter i
aldersinndelte grupper.
Epost: bjerke.unni@gmail.com

SMÅBARNSTREFF

kontakt Vestre Aker helsestasjon

UNGDOMSKLUBBEN RISK

i forbindelse med konfirmasjons-
undervisningen.

TWEENSKLUBBEN SLUSH

(10-12 år) fredager kl. 14:30:
Spiser, leker, drikker slush!

LØRDAGSKAFÉEN

en lørdag i måneden kl. 12
Møtested spesielt for de med
psykisk utviklingshemming

TIRSDAGSSAMLINGENE

annenhver tirsdag kl. 19:
Temaer og samtale: Åpent for alle
og gratis entré.

Datoer før sommeren:
18.04 – 09.05 – 23.05

Holmenkollen kapells venneforening



arrangerer medlemsmøter flere
ganger i året med konserter og
foredrag.

Årlig kontingent
kr. 400,- person/kr. 600,- par/kr.
1500,- bedriftsmedlemmer
Livsvarig medlemskap kr. 10 000,-

Kontonummer: 1503.23.79181

Foreningens formål er å bidra til
at Holmenkollen Kapell vedlike-
holdes utvendig og innvendig på
best mulig måte og inngår som
en viktig del av Holmenkollen
Nasjonalanlegg.
For nærmere opplysninger
ta gjerne kontakt med
Kari Leegaard på tlf 98 41 04 43
eller Erik v. Hirsch på
tlf 90 61 44 69



Norges største konfirmantkull!

**Ris menighet har i år Norges
største konfirmantkull med
273 konfirmanter!**

 Anne May Aakvik Agerup
 Von kommunikasjon_31

Konfirmantene er allerede godt i
gang med undervisningen og skal
igjennom året lære om Gudstjenester,
treenigheten, bibelen, påske, pinse,
sorg og mye mer. I juni reiser alle
273 på konfirmantleir i Grimstad
med ansatte, frivillige og ungdoms-
ledere.

Den 26.mars skal konfirmantene gå
med bøsser for Kirkens Nødhjelps
fasteaksjon. Pass på å være hjemme
etter 15.00 og ta godt imot dem. Les
mer om hva pengene går til på side
11.

Årets konfirmanter er nysgjerrige, in-
teresserte og har mange gode spørs-
smål. Vi gleder oss over å bli kjent
med dem igjennom dette året. Bak i
Ris kirke finner du ett «forbønnstre»,
her henger navnene til alle konfir-
mantene på treets blader. Ta gjerne
konfirmantene med i deres tanker og
bønner.

Konfirmantene er på flere Gudstje-
nester igjennom året, så møter du på
dem – slå ann en prat da vel!



VELKOMMEN TIL GUDSTJENESTE

Ris kirke

Søndag 26.03.2023 kl. 11:00
Gudstjeneste med nattverd

Søndag 26.03.2023 kl. 18:00
Ung messe

Søndag 02.04.2023 kl. 11:00
Palmesøndag: Gudstjeneste med
dåp og nattverd

Fredag 07.04.2023 kl. 11:00
Langfredagsgudstjeneste

Søndag 09.04.2023 kl. 11:00
Oppstandelsesgudstjeneste

Mandag 10.04.2023 kl. 18:00
2. påskedagsgudstjeneste

Søndag 16.04.2023 kl. 11:00
Gudstjeneste med dåp og nattverd

Søndag 23.04.2023 kl. 11:00
Gudstjeneste med nattverd

Søndag 30.04.2023 kl. 11:00
Gudstjeneste med dåp og nattverd

Søndag 07.05.2023 kl. 11:00
Gudstjeneste med nattverd

Søndag 14.05.2023 kl. 11:00
Gudstjeneste med dåp og nattverd

Torsdag 18.05.2023 kl. 11:00
Gudstjeneste på Kristi Himmel-
fartsdag

Søndag 21.05.2023 kl. 11:00
Gudstjeneste med dåp og nattverd

Søndag 28.05.2023 kl. 11:00
Festgudstjeneste på pinsedag

OBS! Mandag 29.05.2023
2. pinsedagsgudstjeneste
i Maridalen

Søndag 04.06.2023 kl. 11:00
Familiegudstjeneste: Pinsebursdag

Søndag 11.06.2023 kl. 11:00
Gudstjeneste med nattverd

Søndag 18.06.2023 kl. 11:00
Gudstjeneste med dåp og nattverd
Sommeravslutning

Holmenkollen kapell

Søndag 26.03.2023 kl. 11:00
Kollenmesse

Torsdag 06.04.2023 kl. 18:00
Skjærtorsdagsgudstjeneste

Søndag 16.04.2023 kl. 11:00
Dåpsgudstjeneste

Søndag 23.04.2023 kl. 11:00
Gudstjeneste med dåp
av konfirmanter

Søndag 30.04.2023 kl. 11:00
Dåpsgudstjeneste

Søndag 07.05.2023 kl. 11:00
Dåpsgudstjeneste

Søndag 14.05.2023 kl. 11:00
Kollenmesse

Søndag 21.05.2023 kl. 11:00
Dåpsgudstjeneste

OBS! Mandag 29.05.2023
2. pinsedagsgudstjeneste
i Maridalen

Søndag 04.06.2023 kl. 11:00
Kollenmesse

Søndag 11.06.2023 kl. 11:00
Dåpsgudstjeneste

Søndag 18.06.2023 kl. 11:00
Kollenmesse

Søndag 25.06.2023 kl. 11:00
Sommergudstjeneste

Søndag 02.07.2023 kl. 11:00
Sommergudstjeneste



**Menighetstur
til Bogstad Gård**

*Grønn gruppe inviterer alle til tur
og omvisning på Bogstad gård.*

20 juni 2023

Oppmøte for tur kl. 11.00*
Matpakkelunsj ved gården ca. 12.15
Omvisningen starter 13.00
Pris: 140kr/120kr

Påmelding til diakon Ragnhild tlf.
484 03 498 eller rh988@kirken.no

Begrensede plasser så meld deg på
tidlig hvis mulig.

*Det vil være noen der for å ta imot de som evt
kommer tidligere grunnet få bussavganger

Bilde Lars Erling Mikkelsen

Støtt våre arrangementer!

Alt overskudd går til å støtte tiltak i vårt nærmiljø, bl.a. barne- og ungdomsprosjektet Mitt Valg.

Sankthansfest på Holmendammen 23. juni

Årets store familietreff arrangeres med tradisjonelt opplegg:

Hesteridning, «fiskedammen» med fisker for alle aldre, lykkehjul, «Superlotteriet» og selvfølgelig salg av is, pølser, hamburgere, vafler, kaker, is m.m.

Festen avsluttes med vårt store St. Hansbål. Alle barn, foreldre og besteforeldre inviteres til en hyggelig sommerkveld i vårt nærmiljø.

Overskuddet av årets sankthans-arrangement går uavkortet til våre prosjekter i vårt nærmiljø.



MITT VALG!

Gode valg kan læres



«Mitt valg» er et gjennomarbeidet og fleksibelt program for holdningsskapende arbeid i barnehage, skole og i idrettsmiljøene. «Det er bedre å bygge barn enn å reparere voksne».

Lions Slemdal jobber aktivt for økt utbredelse av Mitt Valg i vår bydel. Programmet er innført ved skoler, barnehager og våre store idrettsklubber; Heming og Ready. – med gode resultater. «Mitt Valg» følges av disse klubbene for å innarbeide gode verdier og holdninger blant nærmere 1500 fotball- og bandyspillere. Vi sponser også klubbene for å bidra til at de når sine mål.



Kjøp årets kalk, gjødsel og bark fra Lions Slemdal

Hjelp oss å hjelpe andre.
Vi leverer gratis på døra med et smil.
Bestilling innen 14. april
Utkjøring om ettermiddagen 18. og 19. april

Informasjon om priser på årets produkter:
www.lions-slemdal.no
For bestilling ring eller send sms til
Arne Bakken 91628400
E-post til: arne.bakken@gmail.com

Overskuddet av årets aksjon går uavkortet til våre prosjekter i nærmiljøet

Vi samler inn penger gjennom faste aktiviteter bl.a.:



April



Desember
Julekonsert med sølvguttene



Mars 2024
Barneskirenn på Voksenjordet

Prosjekter vi jobber med:

- Lions førerhundskole
- Frivillighetssentralen Vestre Aker
- Hester til terapiridning på Gaustad
- Operasjon Ved
- Ungdomsutveksling
- Turer, opplevelser og ferdighetskurs for barn med behov for sosial omsorg
- Støtte til sykehjem, aldershjem, skoler, barnehager, organisasjoner og enkeltpersoner i vår bydel.

Bli medlem

Slemdal Lions er en del av verdens største humanitære organisasjon som driver humanitært arbeid både lokalt, nasjonalt og internasjonalt.

Vi ønsker i kontakt med personer i vårt nærmiljø som er interessert i humanitært hjelpearbeid og forebyggende tiltak mot mobbing og rusmisbruk i et trygt og godt nærmiljø. (Mitt valg). Vi trenger flere yngre medlemmer!

Vi har et hyggelig og sosialt klubbmiljø med mange ulike aktiviteter og er blant de største klubbene i regionen

Kontakt: Torger Bjørnstad • mob: 91182841 • mail: torger@huset.no



Lions Club Slemdal
Etablert 1961