



DEN NORSKE KIRKE

KIRKENYTT

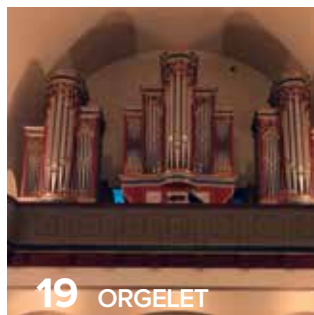
NYTT FRA ULLERN MENIGHET NR 1 - 2021

Min
konfirmasjonstid
Se side
9, 12, 20

4: Ungdom er bra folk å være med
10: Hvordan ta vare på seg selv
med hjemmeskole
14: Bydelssider
22: Nabolagskaféen åpner!



18 OM MARTIN LÜTHER



19 ORGELET



22 NABOLAGSKAFÉ



6 FRA KONFIRMANT TIL JURIST



10 HJEMMESKOLE
- TA VARE PÅ DEG SELV

KIRKENYTT

KirkeNytt gis ut av Ullern menighet 4 ganger i året. Ullern kirke er en menighet i Den norske kirke.

ANNONSER OG HENVENDELSER

Ullern menighetskontor
post.ullern.oslo@kirken.no

PRODUKSJON

Layout og oppsett:
Idé & Tekst, Hilde Flaten
Trykk: X-idé

FINANSIERING

Bladet finansieres av gaver, frivillige kontingenter og annonser. Bruk gjerne kontonr. 1600 47 84719. Merk gaven/kontingenten "KirkeNytt".

Bli med og støtt ungdomsarbeidet i Ullern menighet



Ungdomsarbeidet i Ullern er rikt og variert

Vi møter ungdom der de er gjennom ulike tiltak fra før kofirmasjon til ung voksen på aktiviteter som Aktivum, konfirmantundervisning, lederkurs, leirer, årlige arrangement og treffpunkt og annet. For å gjøre den beste jobben, er vi avhengig av gaver. Du kan overføre gaven fra din konto til Ullern menighets konto nr 1600 47 84719, eller du kan kontakte oss for å bli fast giver. Gaver kan også

vippes til Vipps #13562.

Merk gjerne gaven med ungdomsarbeid.

Takk for at du er med og tar ansvar for ungdomsarbeidet i Ullern menighet!



Foto: Illustrasjonsfoto
Den norske kirke

TAKK!

Du er glad i kirken din du, Jorund! Jeg hører det ganske ofte, og det henger nok sammen med at Ullern kirke er blant mine hyppigste motiver på Snap. Den vakre hvite kirken på haugen gjør noe med meg, og jeg vet at det mange på Ullern som kjenner det sånn. Jeg vet ikke helt hva det er, men den vekker en slags varme i meg. Bygget som rommer alt fra livets begynnelse til livet slutt, med en altertavle som så tydelig inviterer oss til å løfte blikket. Den vakre kirken eier vi sammen, og deler med hverandre.

Jeg er glad i kirken vår, og jeg er glad i menigheten. Da jeg begynte som prest i Ullern for ni år siden, ble jeg møtt av en raus, positiv og vennlig menighet. Jeg fikk tidlig et inntrykk av en menighet med en stolt historie. Allerede første uke fikk jeg høre historien om da Karsten Isachsen fikk forsiden i Dagbladet, fordi han spilte My Sweet Lord i fullsatt kirke. Menigheten har siden vært opptatt av å åpne dørene, og slippe unge mennesker til. Det skal vi fortsette med!

Ullern menighet har satsset på ungdom i en årrekke. Da jeg begynte her, ble jeg tatt imot av en fin gjeng med dyktige, engasjerte og kreative ungdomsledere. Flere uker hvert år har vi dratt til Fagerli leirsted – i påsken og på sommeren, og ungdomslederne har en sentral rolle både i planlegging og gjennomføring. Av ungdom, for ungdom. Det er veldig inspirerende å se ungdom utvikle- og utfolde seg. Leirstedet gir oss en perfekt ramme for lek, fellesskap og gode samtaler – om troen og livet. Jeg vet at fellesskapet har betydd mye for mange ungdommer, og

det er et privilegium for oss i stab å få være med.

Det siste året har vi levd med pandemi. Konfirmantkullet 2020 fikk ikke dra på leir i fjor sommer, og menighetsrådet valgte derfor å flytte konfirmasjonen fra september til april. Vi gjorde det, fordi vi så gjerne ville at konfirmantene skulle få erfare mer av kirkens fellesskap og få reise på konfirmantleir. Vi planla for leir i vinterferien, men pandemien satte en stopper også for denne. Heldigvis fikk vi noen gode dager på digital leir, med undervisning, samtaler og lek. Stor takk til våre positive og engasjerte konfirmanter! Jeg vet at mange har ventet lenge på konfirmasjon, og vi beklager det. Vi håper at vi gjennom våren kan skape gode møteplasser, og ser frem til å feire konfirmasjonene for dette kullet i april, mai og august.

I dette menighetsbladet setter vi fokus på ungdomsarbeidet, og jeg har lyst til å benytte anledningen til å si takk:

Takk til alle engasjerte ungdomsledere, for det viktige og gode arbeidet dere gjør for menigheten!

Takk til alle som støtter arbeidet blant barn og unge, med oppmuntrende ord, forbønn og gaver!

Vi går mot lysere tider, og forhåpentligvis mot mer åpenhet og frihet. Jeg gleder meg til kirkens dører igjen kan stå åpne; til vi kan feire gudstjeneste uten antallsbegrensninger og fortsette dette viktige arbeidet for og med ungdommene våre.

”

Du er glad i kirken din, du!



UNGDOM ER BRA

MARIA ER VÅR NYE KATEKET!

Oppstart i ny jobb innebærer ofte en blomst på pulten, en utvidet lunsj med staben hvor man har en liten introduksjonsrunde, samt omvisning i kirke og omegn og å hilse på masse mennesker knyttet til menigheten. For Ullern menighets nye kateket, Maria Maimunatu Krogtoft Liholt, innebar første dag i ny jobb telefoner og videokonferanser over internett. «Selv om jeg har sittet hjemme alene siden jeg begynte i jobben, så føler jeg meg veldig som en del av gjengen!» forteller Maria på skjermen.



TILLIT OG ANSVAR

Fem år gammel ble Maria adoptert fra Sierra Leone, og tilbragte resten av barndoms- og ungdomstid på Hauketo. Hun ble tidlig aktiv i menigheten Hauketo-Prinsdal. «Jeg likte å synge, så da ble jeg med i koret i kirken». Med åra fikk hun mer og mer ansvar, og ble dirigent i TenSing-koret som 16åring. «Jeg likte å få lederansvar og å få lov til å bety noe i andre folk sine liv. Det er et privilegium å følge unge mennesker i noen av årene hvor store spørsmål reises og identitet utformes. Det er stort!»

Maria snakker fort og engasjert om unges plass i kirken, og om ungt lederskap som en nøkkel for å skape gode fellesskap. Tilliten hun selv ble vist, er sentral i hennes forståelse av hvilken kateket hun ønsker å være. For Maria var Hauketo-Prinsdal menighet et «annerledessted» i barndoms- og ungdomstiden.

Som ny kateket i Ullern vil hun være med å utvikle de fellesskapene som allerede finnes. «Unge skal få undres over tro, tvil og det livet innebærer og slik få vokse som medlemmer av menigheten på

MARIA - KORT FORTALT:

Navn: Maria Maimunatu Krogtoft Liholt

Alder: 33

Aktuell: Ny kateket i Ullern menighet
Bor på Fornebu med datteren Noelle. Har vært kateket i Holmen menighet i Asker i seks år.

FOLK Å VÆRE MED

linje med alle andre». Hun har allerede vært med på en samling med Aktivum (ungdomsklubben i Ullern menighet) på Zoom og har fått et svært positivt inntrykk. «Det er tydelig at det er lov å være seg selv, og det er jeg så glad for å se. Det er trygt å være med, og alle vil at du skal være deg, og ingen andre».

GOSPEL

Marias musikkinteresse har ikke avtatt med årene. Da hun var 20, begynte hun i Traces Gospel Choir, et gospelkor med kvinner som har røtter i ulike deler av verden. «Det å bli en del av et fellesskap med kvinner som har samme bakgrunn som meg har vært fint. Koret har gitt rom for å stille spørsmål og dele opplevelser rundt det å være adoptert, og det har betydd mye for meg. I koret har jeg fått forbilder jeg ikke hadde som barn. Noen å se opp til som hadde samme erfaringer som meg selv.»

Gospelmusikk er dessuten en medisin mot dårlige dager for Maria. «Gospelmusikken rommer hele livet, og en dårlig dag slipper taket når jeg begynner å synge. Samme opplevelsen har jeg når vi får dele dette på konsert-er. Da ser jeg at det samme skjer for de som er publikum».

VANNHULLET

Da Maria startet i Traces Gospel Choir, ble hun kjent med Siv, og de ble fort gode venner. I fjor startet de podcasten Vannhullet, hvor de snakker med folk om å være melaninrik i Norge. «Som brun føler jeg at jeg ofte snakker om rasisme og at det ofte blir mye aktivisme og kamp. Samtidig forteller vennene mine at jeg ikke egentlig har fortalt så mye. Derfor startet vi podcasten for å

”

Det er et privilegium å følge unge mennesker i noen av årene hvor store spørsmål reises og identitet utformes. Det er stort!»

tematisere ulike perspektiver på dette temaet.» I første sesong var blant annet Guro Sibeko, Thomas Prestø og to melaninrike psykologer på gjestelista.

Å bli mor har tydeliggjort for Maria hvor viktig dette er i enda større grad. «Jeg vil lage denne podcasten for min egen del, som folkeopplysning og for Noelle. Jeg har vokst opp uten å likne

familien min, men med å bli mor har jeg plutselig et barn hvor jeg ser meg selv. Derfor vil jeg også bidra til å synliggjøre at melaninrike folk finnes i alle sektorer i samfunnet, selv om vi ikke er så synlige alltid».

Også i kirkelig sammenheng har Maria kjent på å bli fremmedgjort, selv om hun føler seg hjemme. «Det hender at folk begynner å snakke til meg på engelsk, selv når jeg har snakket norsk først. Noen vil komme til meg og snakke om Afrika. Men etter jeg kom til Norge, var jeg der for første gang i 2018. Jeg kan snakke mer om Vestlandet og Lofoten enn Afrika, for det er der jeg har familie» sier Maria med et smil.

Nå er nytt konfirmantår snart i gang, og Maria er klar for å ta imot årets kull «Jeg gleder meg veldig til å komme igang! Jeg håper og ber om at dette kullet skal kunne få en så bra konfirmant tid som mulig. Ungdom er bra folk å være med».

Av Elisabeth Frafjord Torp,
trosopplæringsleder



ANNONSE

HØRSEL



KLINIKK

PRIVAT HØRSELKLINIKK

- Hørselutredning av voksne og barn
- Kontroll og justering av høreapparater
- Titusutredning
- Rensing av ører med avansert utstyr
- Hørselomsorg

Turid Børge-Ask Hørselklinikk, CC-Vest
Off. godkjent audiograf
Lilleakerveien 16 C 0283 Oslo • Tel 90 84 05 93



JEG TROR NOK DET ER **FRA KO**

I januar 2009 møtte Kristoffer Hedemark (26) opp til bli-kjent-helg for konfirmanter i Ullern kirke. «Det tok ikke lang tid før jeg var på vei ut døren,» sier en lattermild Kristoffer. Han konkluderte kjapt med at det å være konfirmant ikke var noe for han. På vei hjem ringte han sin far, som fikk overbevist ham om å i alle fall gi konfirmant-tiden en sjanse. «Heldigvis!» sier Kristoffer nå, som elleve år og 30 leirer senere kanskje må være den enkeltpersonen i Ullern som har deltatt på flest ungdomsleirer i Ullern menighet.

FELLESSKAP

Endringen kom gradvis. «Det aller første jeg la merke til var fellesskapet, og at det var veldig koselig. Selv om troen kanskje ikke stod så sterkt på det tidspunktet». Fellesskap er blitt en overskrift for Kristoffers tid i Ullern menighet. «Kirken er et fantastisk sted å være.» Han forteller om en opplevelse av å komme til et sted hvor man trives og kan være seg selv. Et sted man savner når man ikke er der.

I forkant av konfirmanttiden hadde ikke Kristoffer tenkt noe særlig på dette med Gud og tro. «Jeg meldte meg som konfirmant fordi vennene mine skulle det». Kristoffer husker godt øyeblikket da dette med troen endret seg. «Det var da jeg var på konfirmasjonsleir. Vi skulle ha gudstjeneste i Skurdalen kirke». Rett før leiren mistet Kristoffer farfaren sin til kreft. «Det var veldig tungt å ikke vite om farfar hadde det bedre nå. Jeg var skikkelig deppa. Så

KONFIRMANT TIL JURIST

jeg husker det skjedde noe under den Skurdalen-gudstjenesten som gjorde at jeg fant ut at det går an å kunne tro på noe og ha et håp om at det kommer noe bedre, for alle. Så det var da det snudde - og da var jeg solgt!».

ROM FOR Å VOKSE

Etter konfirmasjonen meldte han seg på lederkurs, i likhet med mange av vennene fra konfirmanttiden. Han fortsatte som ungdomsleder, spesielt for å være med på konfirmantleir. Etter hvert fikk han mer ansvar, noe som gav mer smak. Kristoffer ble utfordret til å være leirsjef på påskeleir; «Det var veldig gøy å få mer ansvar, og sørge for at alt ble gjort riktig». Han deltok aktivt i planlegging og gjennomføring av leirer, og ledet komiteer av ungdomsledere. Etter noen år fikk han tilbud om en prosjektstilling som lederkurskoordinator. «Jeg planla lederkurset og fikk også prøvd meg på å holde undervisning om lederskap og prosjektledelse, basert på erfaringene jeg hadde som ungdomsleder.» Kristoffer tror at en nøkkel til at ungdomsarbeidet i Ullern over mange år har vært så solid, er at ungdomslederne får ansvar. «Jeg tror det er viktig at unge ikke bare serveres et ferdig opplegg man skal delta på, men

OM KRISTOFFER

Kristoffer Hedemark. 26 år.
Jurist i firmaet Claims Link.
Samboer med Amalie.
Bor på Holtet, Oslo.
Tidligere konfirmant og ungdomsleder, og inntil nyttår ansatt og bosatt i Ullern menighet.

aktivt er med å planlegge, gjennomføre og evaluere sammen med ansatte! Slik skapes engasjement og eierskap for alle.»

Kristoffer trekker frem flere personer som har vært viktige for ham i Ullern menighet. Kristian Knapstad og Ingunn Galdal jobbet som ungdomsprest og kateket da Kristoffer var konfirmant. «De var en stor del av mitt første møte med kirken, og fikk vist at det er et fantastisk sted å være». Etter hvert begynte Jorund Andersen som ungdomsprest; «Jorund hadde troen på meg, og både utfordret og støttet meg i nye oppgaver. Det betydde mye!»

FRA UNGDOMSLEDER TIL ANSATT

I 2014 fikk Kristoffer en stilling som ungdomsarbeider og vaktmester i Ullern menighet. Med vaktmesterstillingen fulgte en leilighet i menighetshuset. Målet hadde lenge vært å studere juss i Oslo og første året av jusstudiene tok han på Treider. Samtidig hadde han tre deltidsjobber og tok opp fag for å komme inn på Universitetet. «Det var et heftig år!».

Som ungdomsarbeider var hovedfokuset å drive ungdomsklubben Aktivum. Det var viktig for Kristoffer at Aktivum skulle være en møteplass med lav terskel og lave skuldre for ungdom. Kristoffer beskriver Aktivum som en konfirmantleir på tre timer. «Du finner roen og tryggheten med folk som er vennlige og vil deg vel. Dette står i kontrast til andre ungdomsmiljøer i Ullern. På Aktivum er det ikke noe konkurranse. Du kan komme akkurat som du er, og du blir akseptert som du er.»

”

Jeg meldte meg som konfirmant fordi vennene mine skulle det.

NYTT KAPITTEL

I dag er Kristoffer ferdig utdannet fra UiO og jobber som jurist i Claims Link. Rett over nyttår fikk han tilbud om fast stilling og håper å snart kunne kalle seg advokatfullmektig. I januar leverte han nøklene til leiligheten i menighetshuset og flyttet inn i sin nykjøpte leilighet på Holtet sammen med kjæresten, Amalie. Tiden på menighetshuset er over. Og et nytt kapittel i livet venter. «Nå føler jeg at jeg er blitt voksen. Og det er veldig fint! Det føles godt å endelig kunne fokusere på én ting, én jobb. Også det å ha en å komme hjem til hver dag. Studier og flere deltidsjobber tar mye tid.». Han legger samtidig ikke skjul på at han kommer til å savne Ullern, staben og alle ungdomslederne, og er ikke fremmed for å ta turen tilbake til Ullern kirke. «Jeg savner avslutningene på Aktivum, i kapellet med lystenning. Det er ikke så mange tilbud igjen til meg i Ullern. Jeg ønsker meg noe for alle ungdomsledere som føler seg litt for gamle. Det må jo være over tusen mennesker. Kanskje en middag eller en mini-leir, jeg tror veldig mange ville møtt opp på noe sånt.»

UTRUSTNING FOR (ARBEIDS-) LIVET

Kristoffer ser tilbake på tiden i Ullern menighet som viktige og gode år. «Jeg tror nok det er der jeg har utviklet meg mest som menneske.» Han trekker særlig frem evnen til å se de rundt seg, kunne hjelpe folk som er i en vanskelig situasjon og evnen til å kunne prate om de vanskeligere tingene i livet. «Jeg tror det handler mye om medmenneskelighet. Jeg er nok blitt mer omsorgsfull og kanskje litt mer ydmyk. Tiden i Ullern har gjort meg bevisst på at det finnes noe større enn en selv i livet, det er ikke bare en selv som er midtpunkt.»

Kristoffer trekker også frem selvtiliten og tryggheten han har fått gjennom utfordringer med jobben i Ullern, særlig med tanke på det å lede, stå foran mennesker, holde kurs og andakter. «Dette er erfaringer jeg hver dag drar nytte av i jobben som jurist.» Jobben hans går ut på å behandle krav mot boligselgerforsikringer. Det er lange prosesser hvor han jobber tett med mennesker som står i konflikt. Da er evnen til å lytte, roe ned og veilede de involverte partene sentral. «Det er viktig å se de menneskelige sidene av saken for å få en god behandling, og ikke bare la jussen ta overhånd.»

På spørsmål om hva som har vært viktigst for ham, de årene han har vært ungdomsleder og ansatt i Ullern, svarer han kontant: «Det må være alle bekjentskapene; kollegaer, konfirmanter, ledere, venner og også troen selvfølgelig.»

Elisabeth Frafjord Torp,
trosopplæringsleder



TILBAKEBLIKK PÅ EN ANNERLEDES ADVENT- OG JULETID

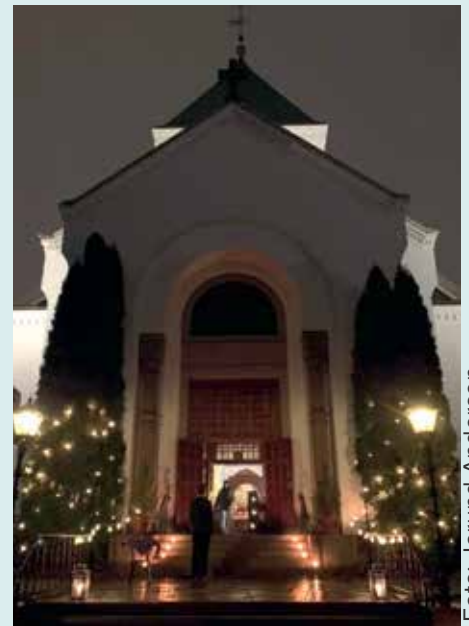


Foto: Jorund Andersen

Lysmesse på kirketrappa og åpen kirke på julaften. Det ble en annerledes, men stemningsfull advent og jul i 2020.

En onsdag kveld i desember inviterte Knøttene og Barnekoret, tradisjon tro, til lysmesse. Den ble avholdt på kirketrappen, i stemningsfullt desembermørke med tente lys, fellesskap på trygg avstand og julesanger.

Med Stig Asplin i spissen ble det takket være lokale ildsjeler, og til tross for strenge restriksjoner og streik, åpen kirke i syv timer på julaften. En stemningsfull opplevelse for de mange som tok turen innom Ullern kirke.

Tre grupper fra Bestum Stasmusikk, trompetist Trond Ivar Ruistuen og kantor Halgeir Schiager sørget for at kirkerommet var fylt av julemusikk. Lokale ungdommer steppet inn, og sammen med kirketjenerne og voksne frivillige sørget de for at smittevernet ble godt ivaretatt.

Elisabeth Frafjord Torp,
trosopplæringsleder



Foto: Kristoffer Hedemark

NANNE FÜRST:

MIN KONFIRMASJONSTID

Nanne ble konfirmert på tidlig 50-tall og husker godt sin egen konfirmasjonstid. «Vi møttes til undervisning, noen ganger på menighetshuset, men også ofte hjemme hos prest Jon Jonsson som bodde i den flotte presteboligen med stor, fin hage.»

Tidligere har man i kirken hatt overhøringsgudstjeneste hvor konfirmantene sto skolerett ved kirkebenkene nedover midtgangen, og presten gikk og stilte dem spørsmål. Senere har disse gudstjenestene blitt erstattet med samtalegudstjenester hvor konfirmantene viser hva de har lært gjennom året ved å delta i gudstjenesten som medliturger. Nanne husker at overhøringen var alvorlig, og hun var litt nervøs for hvordan det skulle gå. «Det var skummelt, men jeg tror alle ble konfirmert. Til overhøringen hadde jeg fått meg noe som ble kalt overhøringsdrakt, altså skjørt og jakke».

Klærne var også viktige på konfirmasjonsdagen, og det ble en slags konkurranse om å ha den peneste kjolen. «Det ble nesten så man regnet sammen hva det de andre hadde på seg hadde kostet, og det tok mye fokus. Det er bra at konfirmantene i dag får gå med kappe på konfirmasjonsdagen, så det blir mindre fokus på klær». Etterpå var det stort selskap hjemme på Furulund, hvor hun fikk mange flotte gaver. «Nå er det mer vanlig med penger som gave, enn det var den gangen» forteller hun.

Nanne var bare fem år da krigen kom, og hun forsto nok ikke alvoret dette innebar. Hun var mest glad for at



”

Konfirmantene sto skolerett ved kirkebenkene nedover midtgangen

de skulle til Dokka. «Hurra det er krig, vi skal til Dokka» ropte hun, lykkelig uvitende om årene som skulle komme. I begynnelsen av krigen kom det to tyskere og sa at de måtte dra, og at huset nå var i deres eie, samt den flotte bilen deres. «Mor begynte å gråte, mens far ropte «PØBLER» etter dem. Det var nok det sterkeste ordet han kunne bruke».

I en stappfull kirke på julaften i et av krigsårene var Nanne og familien til stede. Det var strengt forbudt å spille norske, nasjonalistiske sanger, men organisten Geburg Aasland lurte inn

noen toner innimellom som gjorde inntrykk. «Jeg husker jeg så far, og fedrene til vennene mine gråte. Det er eneste gang jeg kan huske at det skjedde».

Etter at krigen var over, fikk de huset tilbake. Det var mye tyvgods i huset som stammet fra jødiske familier. De fikk komme og hente det som var sitt. Noe av det eneste som var igjen da Nanne og familien flyttet inn, var et toalett.

«Far installerte toalettet, for det var ubrukt. Men etter en tid kontaktet han en rørlegger som kom for å fjerne det. Da brøt mor ut: «Er du helt gal?» Han sa «Jeg orker ikke hver gang jeg går på toalettet å tenke på at dette er stjålet,» så da ble det fjernet, ler Nanne.

Nanne og ektemannen satte med tiden opp et nytt hus i hagen til barndomshjemmet, mens søsteren bor i barndomshjemmet.

HVORDAN TA VARE PÅ SEG SELV MED HJEMMESKOLE?

Som helsesykepleier i skolehelsetjenesten og på helsestasjon for ungdom (HFU), møter jeg mange ungdommer med ulike erfaringer med hjemmeskole. Noen mestrer det godt, andre synes det er utfordrende og demotiverende. Helsesykepleiere er tilgjengelig for alle elever på skolen, også hjemmeskole. Med oss kan du prate om alt! Enten det er behov for hjelp, eller en som kan lytte på små eller større bekymringer. Det er derfor viktig at helsesykepleier er tilgjengelig for ungdommene på skolen, HFU og gjerne på sosiale medier.

MANGLENDE MOTIVASJON I PANDEMIEN

Det er helt normalt at vi mennesker blir slitne og nedfor i denne annerledestiden (Covid-19). Å miste våre vanlige hverdagsrutiner påvirker oss. Mange av oss opplever ensomhet og isolasjon, andre er lei av å bo tett på hverandre hjemme. Mange av oss føler at altfor mye blir satt på vent, som revyer, dating, flørtning, å være med venner, egentlig livet generelt. Dette er kanskje spesielt utfordrende for unge mennesker, fordi ungdomstiden er sin egen lille "boble", hvor det som skjer her og nå, er det som gjelder. Denne tilstedeværelsen i nuet er en positiv sinnstilstand vi voksne kan ta lærdom av. Ved å fokusere på de små gledene i hverdagen, og det vi er takknemlig for – kan vi lettere klare å snu negative tanker til positive.

Vi er mange på hjemmekontor og hjemmeskole som opplever manglende motivasjon i disse dager. Denne perioden krever mye av oss alle, samtidig som den krever at vi finner frem alt vi har av rausket og tålmodighet overfor hverandre, og ikke minst overfor oss selv.

Fordi: Hva forteller du deg selv når du strever? Blir du din egen bestevenn, eller blir du din verste kritiker?

Kritikeren kan komme med tanker

som "Jeg kan alltid bli litt bedre". Disse tankene angriper selvfølelsen vår, og vi blir aldri god nok. De kan ødelegge for hva vi tenker om oss selv som mennesker, og verdien vi legger i oss selv. Ensomhet, tristhet, sinne og frustrasjon er helt vanlige følelser, men som er vonde å bære. Ofte går dette over til slutt, men hvis du opplever at de ikke går over, eller det blir vanskelig å bære dem alene, må du våge å be om hjelp fra en voksen du stoler på. Dette kan for eksempel være venner, foreldre, lærer/rådgiver eller helsesykepleier.

Bestevennen i deg kan hjelpe med å skru ned tempoet og senke forventningene du har til deg selv. Positivt selvsnakk er viktig, fordi tankene våre påvirker hvordan vi har det. Tillat deg litt bedre tid, og snakk oppmuntrende til deg selv. Godta egne styrker og svakheter. Ikke sammenligne deg for mye med andre. Vær fornøyd når du gjør ditt beste. Husk å feire suksessen når



HELENE

Helene Trengereid er utdannet helsesykepleier med master i klinisk sykepleie og jobber på Ullern videregående skole og helsestasjon for ungdom (HFU). For tiden tar hun videreutdanning i sexologi fra Universitetet i Agder, og kognitiv terapi for helsesykepleiere fra Norsk Forening for Kognitiv Terapi. Hun møter mange unge mennesker som har tanker og spørsmål om livets store og små tema. Hun er aktiv på snapchat og instagram med kontoen Hullern.

det går bra, og vær i øyeblikket! Tenk "Hurra, jeg klarte det"! Dette kan føre til at du får det litt bedre. Noe som kan hjelpe på den mentale helsen din, og som igjen kan øke motivasjonen.

Om vi alle bare holder ut litt til nå, så er det ikke lenge igjen til vi får tilbake den gode, gamle, trygge, kjedelige hverdagen vår.

GODE RÅD

Noen gode råd og tips til oss alle for å bedre mestre denne covid 19-tiden er:

1. Hold på rutinene dine; stå opp og legg deg til vanlig tid, spis måltider og vær i aktivitet. Gjerne ute i dagslys og frisk luft.
2. Fokuser mer på det du får til, enn det du ikke får til.
3. Sett deg egne mål, gjennomfør og kjenn på mestring. Ikke sammenligne deg for mye med andre.
4. Hverdager fylles ofte opp av "må-oppgaver", derfor er det viktig å gjøre noe du synes er gøy hver dag.
5. Gjør ditt beste, si gode ting til deg selv og feire suksess.
6. Ha jevnlig sosial kontakt med andre gjennom dagen. Ring eller send melding til medstudenter, venner og familie.
7. Oppsøk hjelp hvis du trenger noen å prate med.

HER FINNES DET HJELP Å FÅ

- **Skolehelsetjenesten** (Les mer på skolen din sin hjemmeside)
- **Helsestasjon for ungdom** (HFU) (Alle i Oslo mellom 12 - 24 år)
- **www.kirkensbymisjon.no/robust** (Samtaletilbud til barn, unge og familier)
- **www.ung.no** (Kvalitetssikret informasjon for ungdom)
- **www.116111.no** (Alarmtelefonen for barn og unge)
- **www.foreningenfri.no** (Kjønns- og seksualitetsmangfold)
- **www.skeivungdom.no** (Foreningen FRIs ungdomsorganisasjon)
- **www.sexogsamfunn.no** (Senter for seksuell helse)
- **www.mentalhelseungdom.no** (Chat åpen mandag, tirsdag, torsdag kl: 17-20)
- **www.rustelefonen.no** (Informasjon om rus. Chat åpen man-fredag kl: 11-18)
- **Barnevernet** (For alle som er bekymret for egen / andres oppvekst)



DIGITAL KONFIRMANTLEIR - ER DET MULIG?

I vinterferien skulle vi reist på konfirmantleir med 2020 konfirmantene, men nok en gang måtte planer skrinlegges på grunn av pandemien. Vi hadde gledet oss veldig til å være sammen med konfirmantene, og vi satte derfor i gang et iherdig og kreativt arbeid for å utvikle et alternativt opplegg – innenfor gjeldene regelverk.

Resultatet ble to digitale leirer av fire dager, med tilbud om uteaktiviteter på dagtid for dem som ikke var bortreist. Hver morgen og hver kveld møttes vi på Zoom – fra hytter og hus - til undervisning om Kristuskransen, gruppesamtaler, underholdning og

lek. Kveldene ble avsluttet med andakt og bønn. Konfirmantene skrev også daglig en liten logg til gruppelederen sin.

Digital leir – er det mulig? Vi – både stab og ungdomsledere, var spent på hvordan det ville fungere, og vi ble gledelig overrasket. Konfirmantene var kjempepositive, og vi fikk noen veldig fine dager sammen!

Nå gleder vi oss til å ta opp tråden, til å møtes fysisk og feire konfirmasjon.

Av Jorund Andersen,
sokneprest



CARL FREDRIK RØNNEBERG:

SANDRA BORØY
MIN SALME

«Ullern menighet har betydd uendelig mye for meg gjennom oppveksten og ungdommen»



Som ung var Ullern menighet, Aktivum og alt rundt konfirmanttiden og kirken et utrolig godt fristed for meg. Her hadde det ikke noe å si hvor kul man var, hvilken gjeng man var i på ungdomsskolen eller videregående, og alle aksepterte hverandre for dem de var. Jeg husker godt hvor stor takhøyde det var, og hvor hyggelig det var å ha et sted å dra til når det kanskje boblet over ellers i livet.

Som konfirmantleder fikk jeg muligheten til å snakke foran folk og pleie sceneskrekken. Dette har i senere tid ført til at jeg er langt mer komfortabel med både å snakke foran folk, men også å spille konserter eller generelt stå på scenen. Jeg husker enda første gangen jeg holdt en andakt på Fagerli på konfirmantleir. Jeg gruet meg veldig i forkant og var nervøs mens jeg holdt den. Men jeg fikk bare positive tilbakemeldinger, og det førte til en større interesse for å prøve det igjen.

Jeg var med som konfirmantleder

de første par årene etter jeg selv var konfirmant, før jeg sakte som sikkert deltok på mindre og mindre grunnet mangel på tid. Til slutt følte jeg på at jeg hadde falt ut litt av hele opplegget, og tenkte at et kapittel i livet var avsluttet. Når jeg i senere tid møtte på de ansatte i menigheten – presten blant annet, husker jeg godt hvor ønsket jeg var for å komme tilbake, noe som ført til at jeg mange år senere ble med igjen. Hele veien har jeg holdt kontakten med menigheten, og jeg er veldig takknemlig for åpenheten rundt det å komme tilbake. Alle er ønsket, uansett hvor man er i livet eller hvem man er. Dette er ting jeg er veldig takknemlig for den dag i dag, og ved neste anledning vil jeg også stille som leder igjen, etter mange års pause.

Ullern menighet har betydd uendelig mye for meg gjennom oppveksten og ungdommen, og jeg husker fortsatt tiden som konfirmantleder som givende, lærerik og utrolig morsom.

Av Carl Fredrik Rønneberg

494



NORSK SALMEBOK

T: Erling Tobiassen, 1932

O: Ella Holm Bull, 1990

M: Sigurd Lunde, 1947

JEG ER I HERRENS HENDER

*Jeg er i Herrens hender
når dagen gryr i øst.
Hver morgen han meg sender
sitt ord med lys og trøst.
Hva dagen meg vil bringe
av glede og av savn,
Jeg kan på bønnens vinge
få kraft i Jesu navn.*

*Jeg er i Herrens hender
i alt som med meg skjer.
I smil og gråt jeg kjenner
at Herren er meg nær.
Om jeg i dype daler
må gå den tunge vei,
Fra himlens høye saler
Hans øye følger meg.*

*Jeg er i Herrens hender
når dagen dør i vest.
Min synd jeg stilt bekjenner
for ham, min høye gjest.
Han gir meg himlens nåde
og setter englevakt,
For natten han vil råde
med hellig guddommakt.*

*Jeg er i Herrens hender
når dødens bud meg når.
Mens lyset stilt nedbrenner,
fra ham jeg hilsen får.
Han gir meg stav i hånd,
han gir meg trøst i sinn,
Og glemt er ve og vånde
på vei til himlen inn.*

JEG ER I HERRENS HENDER

”

Noen sanger og salmer blir som viktige lydspor i livet

Da jeg var liten, hadde foreldrene mine noen sanger de sang på sengekanten kveld etter kveld. Jeg tipper flere foreldre gjør det sånn – at de synger sanger de vet de kan, som de også opplever at barnet *trenger å høre* for å roe seg for kvelden. For meg var «Kjære Gud, jeg har det godt» en av sangene vi ikke kunne unngå. Den hadde jo reglen på slutten med navnene våre. Etter hvert har jeg fått flere slike viktige sanger jeg ofte går tilbake til.

Musikk har en spesiell effekt på oss mennesker. Enten det er ordene, tonene, eller hele stemningen som oppstår når alt settes sammen. Og siden sanger består av så mange lag – melodier, harmonier, rytmiske mønstre, dynamiske variasjoner og tekstlige deler – kan vi stadig oppdage nye elementer eller deler ved en sang om vi lytter til den flere ganger. "Jeg er i Herrens hender" har en slik effekt på meg.

Det er en av de salmene jeg ikke kan huske når jeg lærte, men som liksom «alltid» har blitt sunget hjemme. For meg er den et uttrykk for ro og trygghet – litt slik som nattasangen – kanskje på grunn av melodiføringen, den musikalske stemning eller av omsten-

dighetene den er blitt brukt i. Jeg tror likevel at jeg i lang tid sang den uten å tenke så mye over teksten. At ordene bare ble en del av det musikalske uttrykket. Den står jo egentlig veldig fint slik også, men den har blitt mye tydeligere og viktigere for meg etter hvert som jeg ble eldre og begynte å oppdage teksten.

Jeg synes den har så fin tekstlig utvikling: Der 1.verset starter i

morgentimene og med forventningene til dagen, 2.verset er en slags reise gjennom dagens oppturer og nedturer, og 3.verset går inn i kveldsgrubling og ettertanke over dagen.

4.verset er litt tyngre å fordøye. Det innebærer den siste tiden før vi dør. Det er brutalt på så mange måter. Likevel, på tross av det, sitter jeg alltid igjen med en ro i kroppen hver gang jeg hører eller synger den.

Hvorfor har jeg tenkt en del på.

Jeg tror det handler om den gjentagende og tydeligste setningen i salmen: **Jeg er i Herrens hender.**

Vi står aldri helt alene.

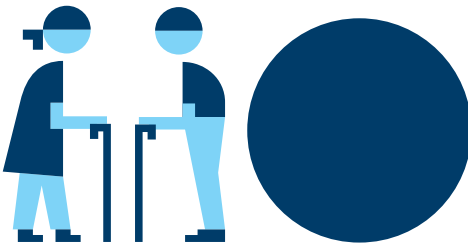


Sandra Borøy, korleder og menighetsarbeider i Ullern menighet



Oslo

Kjære alle innbyggere



Vi er i gang med vaksinerings av Oslos befolkning, og det er svært gode nyheter. Bydel Ullern har etablert vaksinesenter i Noreveien 26 på Montebello.

På vaksinesenteret finnes det parkeringsplasser tilgjengelig, men det er også mulig å ta T-banen til Montebello T-banestopp.

Du trenger ikke å kontakte kommunen eller fastlegen for å sette deg på venteliste. Det er ikke mulig å sette seg på venteliste. Vi vaksinerer også ektepar sammen så langt det går.

Vi tar kontakt med deg når det er din tur, men Oslo kommune lanserer også et selvbetjeningsskjema i løpet av februar/mars, og da kan du legge inn tid selv. Du må ha en timeavtale for å få vaksine. Bydel Ullern følger retningslinjer fra nasjonale helsemyndigheter når det gjelder vaksinerings mot Covid-19, og prioriteringsrekkefølgen som til enhver tid gjelder ligger tilgjengelig på Oslo kommunes nettsider:

<https://www.oslo.kommune.no/koronavirus/koronavaksine/>

Innbyggere over 85 år fikk vaksine først. Nå jobber vi oss nedover i alder ettersom vi får flere vaksiner. Neste aldersgruppe er 75-84 år – deretter 65-74 år - og personer mellom 18 og 64 år med ulike sykdommer og lidelser. Oslo kommune legger opp til en trinnvis vaksinerings av befolkningen, i tråd med retningslinjene fra nasjonale helsemyndigheter.



Bydelen bestemmer ikke hvor mange vaksiner vi får. Oslo kommune får levert vaksiner fra sentrale myndigheter som fordeles ut til den enkelte bydel i forhold til innbyggertall. Alle vaksiner vi får settes med en gang. Vi kaster ingen vaksinedoser.

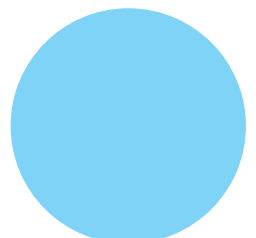
Vaksinen settes med noen ukers mellomrom, og vaksinen får full effekt én uke etter siste dose. Du må fortsatt følge smittevernregler selv om du er vaksinert. Smittevernregler er den nye normalen i samfunnet vårt, og disse må vi leve med lenge – også når samfunnet åpner helt opp igjen.

Vi har fremdeles mange restriksjoner som setter begrensninger for vårt sosiale liv. Det er ikke lett å hele tiden finne styrken til å holde dugnadsånden oppe, men vi må holde ut litt til. Dette er begynnelsen på slutten, og nå vi kan se lyset i andre enden av tunnelen.

Ullern kultursenter holder åpent med noen begrensninger, og rosa busser kjører. Du kan også be om transport til vaksinesenteret ved å kontakte transporttjenesten. Alt dette kan du lese mer om i dette menighetsbladet.

**Med ønske om
en fin og optimistisk vår!**

Beste hilsen bydelsdirektør
Marie Anbjørg Joten





COVID-19-våren kommer og tid for å tenke nytt

Vi føler nok alle at vi snart må komme tilbake til en mer normal hverdag. Lenge har vi forholdt oss til store begrensninger i sosial omgang, ingen arrangementer, hjemmekontor, hjemmeskole og stadig nye retningslinjer fra myndighetene om hvordan vi skal leve våre liv. Mye til dels svært inngripende. Dette har ført til mye isolasjon og frustrasjon, men også resultert i at mange har blitt bedre kjent i nærområdene. Ute i det fri er det mulig å gå turer, treffe andre på tilstrekkelig avstand - og på det vis kunne leve og oppleve en tilnærmet normal tilværelse.

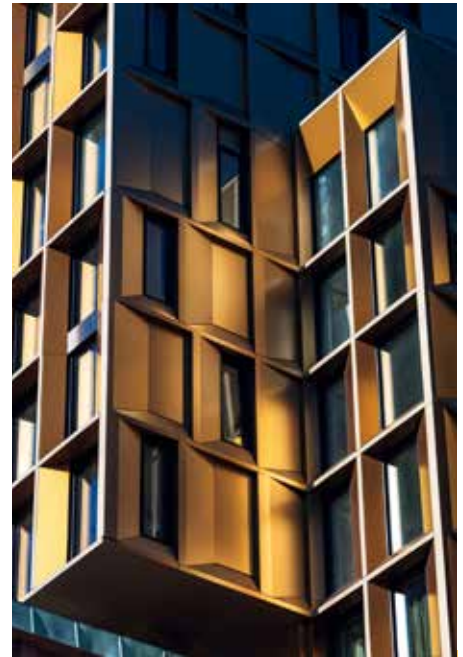
Dette er erfaringer vi må bygge videre på og utvikle. Selv har jeg erfart at det er mye i nærområdet som var ukjent. Fine turområder og lokale turveier og stier. Dårlig merket, men allikevel tilgjengelig. Sjøsidene langs Sollerudstranda, videre langs Lysakerelven mot Bærumsveien. Vi har spennende turveier opp Mærradalen helt til Bogstad. Det er mange muligheter. Ser derfor at her er det behov for mer tilpasninger og tilrettelegging. Det er en oppgave der bydelen må sørge for større tilgjengelighet, gode kart og bedre merking.

Hvordan bydelen bør utvikles i årene fremover med fortetting, er et spørsmål som fortjener en fornyet oppmerksomhet og kunnskap. Våre erfaringer må reflekteres i nye krav og forventninger til myndigheter og eiendomsutviklere, som må reflekteres i de behov vi som innbyggere ser på en helt annen måte nå. Grønne friområder, møteplasser, trygg ferdsel til fots og sykkel er viktige premisser for vår trivsel. Vi må nok erkjenne at det betyr mer i dag enn for kort tid siden. Og antagelig er våre forventninger økt i takt med våre nye erfaringer.

Gitt den senere tids utvikling, er det med økende optimisme vi ser våren komme. Det betinger imidlertid også at alle tar ansvar og lar seg vaksinere mot Covid-19.

Nå er det på tide å riste av seg denne pandemien.

Carl Oscar Pedersen
Leder av bydelsutvalget i Ullern



Politiske møter våren 2021



Ullern bydelsutvalg:
25.3, 6.5 og 17.6

Bydelsutvalgets arbeidsutvalg:
15.5, 26.4 og 7.6

**Ullern byutviklingskomite,
Ullern kultur og oppvekstkomite og
Ullern helse- og sosialkomite:**
22.4 og 3.6

Ullern eldreåd:
22.4 og 3.6

**Ullern ungdomsråd og Rådet for
mennesker med nedsatt funksjons-
evne i Bydel Ullern:**
21.4 og 2.6

Spørsmål vedrørende møtene kan rettes til Bydel Ullern v/Tore Gleditsch, e-post:
tore.gleditsch@bun.oslo.kommune.no



Oslo

Ullern kultursenter ønsker deg velkommen



Ullern kultursenter holder kafeen åpen alle hverdager kl. 11-14, med middagsservering mandag, onsdag og fredag fra kl. 12.30. Her kan alle over 60 år komme innom og nyte en god kopp kaffe, et smørbrød eller vaffel, og ikke minst en god samtale. Har du spørsmål om vårens program eller våre planlagte aktiviteter så ta gjerne kontakt med vår resepsjon. (Foto: Bjørg Duve, publisert med samtykke)

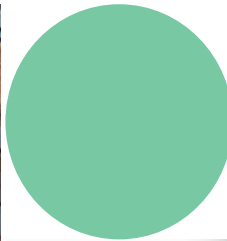


Ruter aldersvennlig transport

De rosa bussene er et populært tilbud til eldre over 67 år i Bydel Ullern og Bydel Vestre Aker. Bussene kjører fremdeles, men Ruter har styrket renholdet gjennom dagen.

Det er mulig å reise på tvers av bydelsgrensene mellom Bydel Ullern og Vestre Aker (inkludert Majorstuhuset, Bogstad gård, Vestre Gravlund og Frognerseteren). Du kan reise med bussen om du bruker rullestol eller rullator. Og du kan ha med deg en venn, uavhengig av alder, som betaler for den billetten han eller hun vanligvis kjøper ved bruk av offentlig kommunikasjon.

Bussene kjører mandag til lørdag mellom kl. 10.00 og 18.00, og kan bestilles på telefon 23 24 28 50 mellom kl. 09.00 og kl. 17.00. Du kan også bestille via appen RuterBestilling. Appen lastes ned fra app-butikken på mobilen din. Det er mulig å bestille tur basert på hente- og leveringstidspunkt via telefonbestilling og gjennom appen RuterBestilling





Vaksinering mot Covid-19 – hvem får vaksine først?

Prioriteringsrekkefølge

I starten vil det ikke være nok vaksine til alle som anbefales koronavaksine. Oslo kommune legger opp til en trinnvis vaksinering av befolkningen, i tråd med retningslinjene fra nasjonale helsemyndigheter.

1. Beboere i sykehjem
2. Alder over 85 år
3. Alder 75-84 år
4. Alder 65-74 år og personer mellom 18 og 64 år med disse sykdommene/tilstandene:
 - organtransplantasjon
 - immunsvikt
 - hematologisk kreftsykdom siste fem år
 - annen aktiv kreftsykdom, pågående eller nylig avsluttet behandling mot kreft (spesielt immundempende behandling, strålebehandling mot lungene eller cellegift)
 - neurologiske sykdommer eller muskelsykdommer som medfører nedsatt hostekraft eller lungefunksjon
 - kroniske nyresykdom eller betydelig nedsatt nyrefunksjon
5. Alder 55-64 år med disse sykdommene/tilstandene:
 - kronisk leversykdom eller betydelig nedsatt leverfunksjon
 - Immundempende behandling ved autoimmune sykdommer
 - diabetes
 - kronisk lungesykdom
 - fedme med kroppsmasseindeks (KMI på ≥ 35 kg/m² eller høyere)
 - demens
 - kroniske hjerte- og karsykdommer (med unntak av høyt blodtrykk)
 - hjerneslag
 - annen alvorlig og/eller kronisk sykdom som ikke er nevnt i listen over kan også gi økt risiko for alvorlig sykdom og død av covid-19. Dette vurderes individuelt av lege.

Oslo

Koronavaksine

Vaksinen settes to ganger med noen ukers mellomrom. Vaksinen får effekt én uke etter siste dose.

Alle vaksiner kan gi bivirkninger, de fleste er milde og kortvarige og oppstår 1-3 dager etter vaksinasjonen.

Kjente generelle bivirkninger

- ▶ smerte på injeksjonsstedet
- ▶ tretthet, hodepine, muskelsmerter, frysninger, leddsmerter, feber

Alle må vente minst 20 minutter etter vaksine er satt.

Du må fortsatt følge smittevernreglene selv om du er vaksinert. Din helsejournal på helsenorge.no blir oppdatert.

Hele prioriteringsrekkefølgen kan du se på <https://www.oslo.kommune.no/koronavirus/koronavaksine/>



Lurer du på noe om vaksine?

Ta kontakt med oss

E-post: ullern.vaksinesenter@bun.oslo.kommune.no

Bydel Ullern følger retningslinjer fra nasjonale helsemyndigheter og følgende prioriteringsrekkefølge er gjeldende.



OM MARTIN LUTHER

Den norske kirke er en evangelisk-luthersk kirke, etter splittelsen fra den katolske kirke i reformasjonen. Luther var en god kristen, men sa sin ærlige mening om kirken og en del av dens praksis, mest kjent ved å feste et skriv med 92 punkter på kirkedøren i Wittenberg i Tyskland – datidens oppslagstavle. Ledelsen tålte ikke det og han ble ekskommunisert – selv hadde han ingen ønsker om å forlate den.

Men det var urolige tider i kirken på Luthers tid. Ikke bare var det interne stridigheter i Vatikanet som på hans tid var en stor stat i midten av dagens Italia, og familiefæder i denne sammenhengen, men verden var i endring også på Luthers tid. En stor oppfinnelse som endret verden, var trykkerikunsten som Gutenberg sto bak. Bibelen ble oversatt og trykket opp; den kunne bli allemannseie; folk kunne lese den og tenke selv uavhengig av den lærde kirkelige overhøyhet hvor ekstern kommunikasjon stort sett foregikk på latin.

Avlatshandelen var et sentralt punkt i kritikken av den katolske kirkens praksis og at dette hadde intet med bibelen og den kristne lære å gjøre. Forholdet var at på Luthers tid var det en biskop

i Erfurt i Tyskland som ville ha 2 embeter og søkte Paven om dette. Svaret var tindrende klart: kommer ikke på tale -1 biskop, ett embete.

Biskopen søkte imidlertid på nytt og fikk Vatikanet på gli, for han foreslo da å betale for embetet. Interessant, fordi Vatikanet på den tid var i ferd med å oppføre Peterskirken i Roma, et kolossalt økonomisk prosjekt, så penger var velkomne. Så han fikk da sitt embete nr. 2. Men han hadde betalt med lånte penger som han etter hvert ikke klarte å tilbakebetale. Så da begynte han med avlatshandel med utsagnet «Wenn das Geld i Kasse klinget, die Seele nach dem Himmel springt», oversatt til norsk: «Når pengene i kassen klinger, sjelen ut av skjærsilden springer». Som kjent reagerte Luther sterkt på dette.

Kongen jagde biskopen i Nidaros ut av landet og overtok alle kirkens eiendommer som jo var utrolig mange, og en statskirke ble etablert.

Hva er status i dag, vel 500 år etter? Det bør nevnes at begrepet «den katolske kirke» oppstod som følge av splittelsen på 1500-tallet. Alle tilhørte den kristne kirke før den tid.

Er konfliktbildet mellom kirkene



Artikkelen er skrevet av Erling T. Eggen

i endring? I 1989 kom Pave Johannes den 2. på besøk og deltok i gudstjeneste i Nidarosdomen. I 2009 ble det feiret 20-årsjubileum for hans besøk med deltakelse av katolske biskoper. Til 1000-årsjubileet i 2014 for Hellig Olavs dåp i Rouen i Frankrike, deltok så vel representanter for protestantiske og katolske kirker i Norge, Frankrike og England samt den Anglikanske kirke i seremonien for denne historiske begivenhet for Norges evige konge.

I 2017 da 500-årsjubileet for reformasjonen ble markert med messe i Nidarosdomen hvor blant annet kongens deltok, var også den katolske sognepresten i Trondheim til stede.

Så 3 år senere blir den nye katolske biskopen, Erik Varden –som har vært munk i Frankrike de siste 20 årene – vigslet til biskop i Nidarosdomen, den første siden 1537. Går vi kristne mot nye tider?



REHABILITERING AV ORGELET

For et år siden skrev jeg i Kirkenytt om planen som går ut på å rehabilitere orgelet i Ullern kirke. Like etter ble kirken, som det meste annet, stengt ned på grunn av Korona. Og til tross for noen lettelser i perioder, har disse planene blitt satt på vent. Når vi igjen nærmer oss en form for normalitet, vil vi sette i gang tiltak for å gjennomføre utbedringene av orgelet.

Kort fortalt vil det si å skaffe midler til de aktuelle utbedringene som er antatt å koste ca. kr. 800.000 og deretter sette arbeidet ut på anbud. Med stramme offentlige budsjetter må trolig Ullern menighet forberede seg på å betale det meste av disse utgiftene. Og vi vil jobbe videre for å skaffe de nødvendige midlene, evt. gjennom sponsorer, men innsamlingsaksjoner vil også bli vurdert.

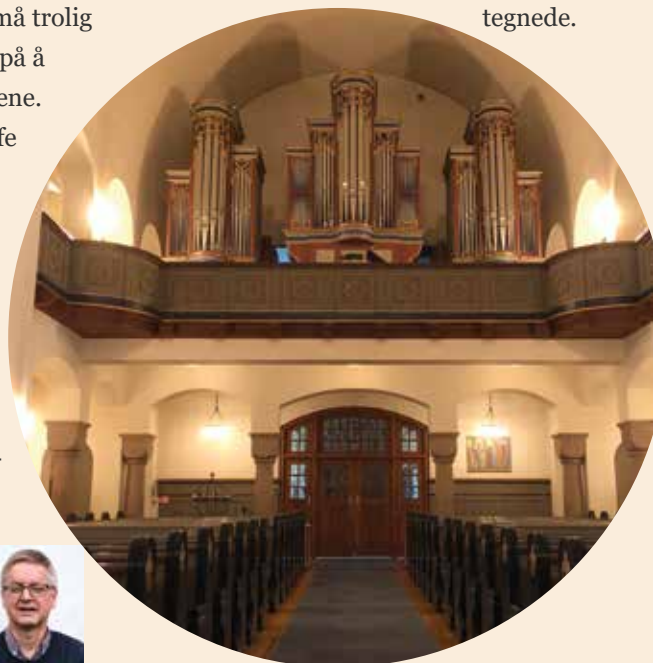
Erling T. Eggen har bidratt med en utmerket artikkel om Martin Luther der han også oppfordrer menigheten til økt fokus på Luthers

salmer. En god oppfordring som jeg som menighetens kirkemusiker gjerne vil gjøre noe med. Og selvsagt kan man spille Luthers salmer slik som orgelet fremstår nå også. Det er så absolutt et kvalitetsinstrument. Men de utbedringene som er beskrevet, vil gi helt andre muligheter, f. eks. til å fremføre de store orgelkomposisjonene som er bygget på Luthers melodier. Og utover Luther åpner det seg mange muligheter etter en overhaling av instrumentet. Interesserte som ønsker å bidra til dette prosjektet, bes henvende seg til under-

tegnede.



Av Halgeir Schiager, kantor i Ullern menighet



3 I VINDU

OM Å VÆRE KONFIRMANT



THOMAS JUELL

Konfirmert i 2013, student i København (men hjemme på Ullern om dagen)

– Hva var dine forventninger til konfirmasjonstiden?

– Jeg var litt spent. Jeg har en bror, som er ett år eldre enn meg. Da han var ferdig med konfirmantleir, hadde han meldt seg på som leder. Da fikk jeg jo et inntrykk av at det kunne være ganske kult. Jeg hadde jo litt forventninger til konfirmantopplegget da, og spesielt konfirmantleir. Det var noe jeg gledet meg til.

– Hva var det du likte best med konfirmantopplegget?

– En ting som var litt spennende, var jo at man tilbrakte tid med folk man ellers ikke så så mye til. Man ble på en måte tvunget ut i nye sammenkomster og mulighet til å bli kjent med andre folk. Også kom jo selve konfirmasjonsleiren, det var jo overraskende gøy! Spennende opplegg og man hadde jo kanskje en forventning om at det kom til å bli mye undervisning og at undervisning er kjedelig, men dette tenkte man egen-

tlig ikke noe særlig på. Oppsummert så er det en fin mulighet til å møte nye mennesker og oppleve litt nye ting. Det var et litt annet miljø enn det man var vant til. Jeg hadde jo mye kompiser fra ungdomskolen Øraker som også konfirmerte seg, men så var det jo folk fra Bjørnsletta og Ris i tillegg, så det var jo spennende! Og ikke minst å henge med de eldre lederne, det var jo ganske stas!

– Hva husker du fra selve konfirmasjonsdagen?

– Det var jo en stor feiring! Jeg husker også selve dagen i kirken, da vi skulle gå langs kirkegangen og opp til alteret. Litt nervøs kanskje. Det gikk jo et par timer i kirken også var det hjem og feire med familie og venner. Jeg husker jeg skulle holde tale, jeg var jo spent, men samtidig nervøs. Det var jo første ordentlig talen jeg holdt foran mange mennesker. En dag fylt med mye glede, flotte mennesker og god mat og drikke ikke minst! Gøy å være litt i sentrum i blant.

– Hva har konfirmasjonstiden betydd for deg?

– I etterkant har det jo spilt en ganske stor rolle i livet mitt. Jeg bestemte meg får å gå på lederkurs og bli leder i Ullern kirke. I tillegg til å bygge enda videre på den lederutdanningen med LIV-kurs hos KFUK/KFUM. Jeg har jo på en måte fått en liten utdanning i lederskap, som jeg kan ta med meg videre. En annen ting er jo disse menneskene jeg har lært å kjenne på litt andre nivåer. Jeg har jo fått mange venner som jeg ellers kanskje ikke hadde fått muligheten å bli kjent med. Hadde det ikke vært for konfirmantopplegget, tiden etter og det samholdet man får på lederkurs, leir og

alle arrangementene. Også har jeg fått utforsket troen min på en helt annen måte. Blitt mer trygg på mitt forhold til troen. Jeg er ganske takknemlig for alle de årene jeg har hatt i Ullern menighet. Skulle ikke vært foruten det! En ting er jo det sosiale aspektet. Jeg har blitt bedre på å treffe nye mennesker og blitt mer trygg på meg selv i nye sammenkomster. I møte med nye mennesker føler jeg helt klart at jeg står litt tryggere. Det er jo ganske skummelt å begynne å studere, det er jo en helt annen verden.



SELMA STUEDAL SJØVIK

Konfirmert i 2019, går i første klasse på Ullern videregående

– Hva var dine forventninger til konfirmasjonstiden?

– Jeg hadde jo hørt at det var mange som var fornøyd med konfirmasjonsleir, og at det var veldig gøy. Jeg hadde vel ikke sånn veldig spesielle forventninger, bortsett fra at jeg var på Lys Våken opplegg, da jeg gikk i sjettede klasse. Det var veldig koselig, det var jo litt sånn jeg så for meg at det kom til å bli.

– *Hva var det du likte best med konfirmantopplegget?*

– Det var veldig koselig å være sammen på de forskjellige arrangementene.

Jeg synes det var veldig rolig og deilig å være på torsdagsundervisning. Det var et lite avbrekk, fra resten av de tingene jeg holder på med. Kveldsmessen var en rolig avslutning på dagen. Og konfirmasjonsleir selvfølgelig, det var jo veldig koselig å bli kjent med flere nye. Det var litt morsomt hvordan allsangen før måltidene var. På starten var det veldig beskjedent og rolig, også ble det jo bare bedre og bedre. Det viste veldig hvordan folk ble tryggere etter hvert som uka gikk.

– *Hva husker du fra selve konfirmasjonsdagen?*

– Jeg synes det var veldig stas. Jeg har tenkt på det sånn i det siste, at det var en veldig fin dag og at jeg egentlig savner det litt. For det skjer jo bare en gang. Også var det rart at nå var jeg en av de som skulle fram i sånn hvit kappe. Man har jo vært i fler konfirmasjoner og sett andre gå frem, og nå var det rart å være en av de. Det var spesielt, og jeg synes det var en veldig fin dag. Jeg husker at jeg var nervøs før jeg skulle fram til alterringen. Man begynner å fikle med lyset også ser man for seg det verste, men det gikk jo veldig bra.

– *Hva har konfirmasjonstiden betydd for deg?*

– Jeg har meldt meg på lederkurs. Det har jo vært veldig annerledes på grunn av korona, men jeg synes det var veldig koselig. Å komme tilbake og få den samme gode stemningen som det var under konfirmasjonstiden. På lederkurs, og spesielt sånn lederovernatting i kirka, det var jo kjempegøy! Så jeg har jo blitt med videre!



THEA VALLESTAD
Konfirmert i 2017, går i tredjeklasse på Ullern videregående

– *Hva var dine forventninger til konfirmantopplegget?*

– Jeg trodde det kom til å være mye mer Gud og salmer og sånne ting, enn det det var. Det var jo mye mer fokus på samhold og trivsel, som var positivt. Så jeg ble jo positivt overasket!

– *Hva var det du likte best?*

– Man blir jo kjent med veldig mange forskjellige mennesker. Jeg møter jo fortsatt folk i dag som jeg møtte på konfirmasjonsundervisning. Vi «båndet» litt over det. Man får en ny måte å se ting på, man kan ta ulike ting fra undervisningen og opplegget og implementere det senere i livet. Jeg husker jo konfirmasjonsleir og Skurdalen kirke. Det var en opplevelse! Man fikk skikkelig kontakt med følelsene sine, det var en sånn «ut av kroppen» opplevelse nesten. Det var litt trist at det var nest siste dag fordi man ble skikkelig «close» med alle der, også dro man hjem dagen etterpå. Det var da jeg bestemte meg for å bli konfirmantleder. Jeg fikk litt kontakt med kristendommen og hva det betydde for meg. Det å be og sånn var ikke noe jeg gjorde, det falt meg ikke naturlig å skulle drive å be. Men

da skjønte jeg hvorfor folk gjorde det og at det kanskje var noe jeg burde begynne med. Det var veldig fint da, en fin opplevelse som jeg kan ta med meg videre.

– *Hva husker du fra selve konfirmasjonsdagen?*

– Jeg husker det regna, så håret mitt ble helt grusomt. Jeg husker det var litt stort. Det å skulle gå opp der og ha hele familien i salen. Man skulle liksom tre inn i de voksenes rekker. Jeg husker jo spesielt godt talen til mamma, og pappa holdt jo tale og sang! Så det er jo en følelsesladd dag, det er veldig spesielt.

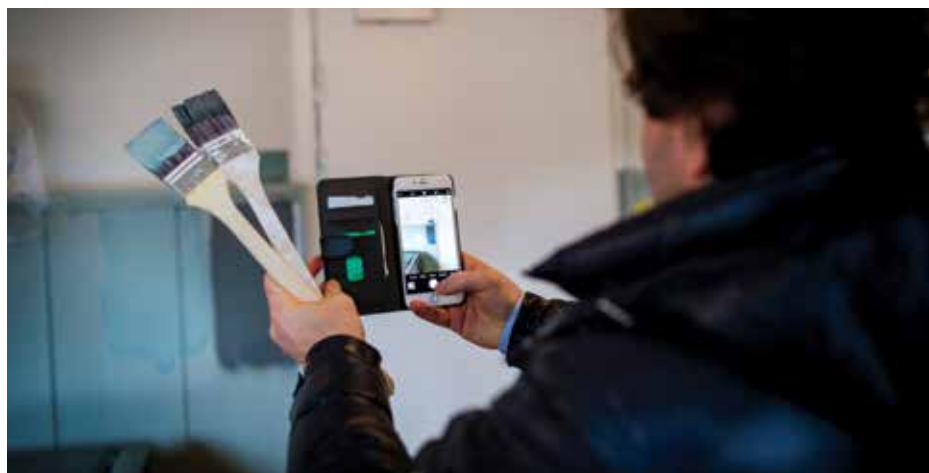
– *Hva har konfirmasjonstiden betydd for deg?*

– Jeg tenker ikke på konfirmasjonstiden så mye i dag, men jeg husker den var veldig viktig sånn rett etterpå. Jeg ble jo konfirmantleder, og det tok jo mye tid. Man ble kjent med nye folk, og man får jo et lite samfunn. Jeg vet jo at jeg fint kan gå tilbake til det og være med på Aktivum. Man vet at man alltid har noe å komme tilbake til, det er veldig fint. Selv om jeg ikke har gjort det selv (fniser hun og ler). På leir gikk man jo utenfor komfortsonen, og det tror jeg hjalp meg senere til å bli skuespiller i revyen og litt sånn forskjellig. Man lærer å ikke ta seg selv så høytidelig, og bare ha det gøy.

Av Rasmus Bell Andreassen
Ungdomsarbeider



NÅ ÅPNER GREGORY



NABOLAGSKAFÉEN

Før jul ble nyheten omtalt i Akersposten, om Gregory Paul som ny driver av Holgerslyst kafé. I disse dager åpner han, med mange endringer fra hvordan kafeen ble drevet før.

Gregory Paul er fransk, kokk, og har nå bodd og jobbet i Norge i 20 år. Han har bred erfaring fra restaurantbransjen, og er kanskje mest kjent som Eyvind Hellstrøms høyre hånd på Bagatelle. Eller som den strenge, franske kokken på Masterchef i flere sesonger.

Det er ikke «streng» som slår oss, når vi nå møter Gregory i kafeen. Han driver med de siste planleggingene og forberedelsene til åpning, og nå gleder han seg. – Dette blir som å endelig komme hjem, sier han. – Det har vært en drøm for meg i mange år å endelig åpne mitt eget sted, og jeg håper virkelig at alle på Ullern skal trives med det vi skal skape her.

Åpningen av kafeen har blitt utsatt, mye på grunn av korona. Mens vi skriver her er han derimot helt i sluttfasen, og håper å åpne i slutten av februar. Om alt tillater det. – Drømmen

om en ekte, genuin nabolagskafé står ved lag, sier Gregory. Den nye kafeen skal holde åpent hver dag i uken. I hverdage skal den åpne halv åtte om morgnen, til seks på kvelden. Dagtilbudet gjelder også i helgene. – Det er også viktig for meg å kunne være et tilbud til menigheten for kirkekaffe på søndagene, fortsetter han.

I starten er det kafétilbudet som har prioritet, der også take-away blir viktig. Ambisjonen er at det skal dufte av godt, ferskt bakverk, god kaffe, og være et sted som inviterer til besøk. Fokus er på ferske, lokale råvarer til både lunsj- og ettermiddagstilbud. – Joda, vi skal servere pizza her, men også sandwicher, salater og supper.

Hans engasjement og lyst til å skape noe som betyr noe for Ullern menighet virker overbevisende, og forsikrer oss om at den nye kafeen blir alt annet enn et dyrt og eksklusivt sted. – Jeg er opptatt av tilhørighet, at gjestene skal føle seg velkomne hver gang de kommer. Jeg bor selv i nabolaget, så dette er viktig for meg, forteller Gregory. – Å ha høye krav til smak og råvarer betyr heller ikke at det behøver å være dyrt. Jeg gleder meg til å finne ferske råvarer, variere i sesong, og dermed tilby mat og opplevelser folk

skal sette pris på. Og litt senere på vårparten skal vi også åpne kveldsrestaurant i helgene. Det gleder jeg meg til.

Gregory avslutter med å fortelle om drømmen sin, for dette han mener er som å komme hjem: – Det er veldig enkelt, og handler om min visjon: Et hus er der du føler deg hjemme, der du vil være, sammen med familie og venner, der du inviterer gjester, og der det er trivelig å være. «La Maison» heter det på fransk, og blir mitt merke på kafeen.



Kim Christie Østberg,
daglig leder





- S +



- DØR + S +



REBUS + REBUS + LØSNINGSDORD = PREMIE

Utenfor Ullern kirke et sted er det hengt opp en tegneribus. Rebusen blir et løsningsord. Ta deg en tur til Ullern og finn ut hva det er! Sender du inn svaret til barnogmusikk.ullern@gmail.com får du en premie!!

For å finne ut hvor den henger, må dere skjønne hva slags ord dette blir:

"PIMP" MATPAKKEPAPIRET

Finn frem matpapirrullen og klipp av et godt stykke – nok til å dekke lunsjmaten. Legg så matpakkepapiret over tegningen dere ser under. Tegn etter

alle strekene dere ser rett på matpapiret og **fargelegg** etterpå. Plutselig har du laget **et skikkelig fint bilde å kikke på til lunsjen!** Kanskje du overraske en i familien med en slik fin matpakke?



(C) tegningen er produsert av Søndagsskolen Norge

Stoff hentet fra KPK (Kristelig Pressekontor)



KNØTTENE OG BARNEKORET I ULLERN

Har du et barn som er glad i sang, musikk og dans? I Ullern har vi korene **Knøttene (fra 3-6 år)** og **Barnekoret for 1.-4.klassinger**. Korene har øvelser på onsdager. I periodene vi ikke kan møtes fysisk lages det digitalt alternativ for begge kor. Ønsker du tilgang til disse samlingene? Ta kontakt med barne- og musikkarbeider Sandra Borøy (+47 47322977) eller sjekk ut Ullern menighets hjemmesider for mer informasjon.

Sandra Borøy,
korleder/menighetsarbeider



Elisabeth Frafjord Torp,
trosopplæringsleder



MENIGHETSKALENDER

Sjekk
nettsiden og
Facebooksiden vår
for oppdateringer knyttet
til restriksjonene grunnet
COVID-19 rundt våre
arrangementer!

UKE 10

Torsdag 11.3
18.30 Kveldsmesse
19.00 Ungdomsklubben Aktivum

Søndag 14.3

11.00 Samtalegudstjeneste ved
Maria Pedersen-Mong, Maria Liholt og
Halgeir Schiager

UKE 11

Onsdag 17.3

kl 12.00 Babysang (påmelding på
nettsiden)

Torsdag 18.3

kl 18.30 Kveldsmesse
kl 19.00 Ungdomsklubben Aktivum

Søndag 21.3

kl 11.00 Høymesse ved Jorund
Andersen og Halgeir Schiager

UKE 12

Torsdag 25.3

kl 18.30 Kveldsmesse
kl 19.00 Ungdomsklubben Aktivum

Søndag 28.3

kl 11.00 Palmesøndagsgudstjeneste ved
Petter Dille og Halger Schiager

UKE 14 ETTER PÅSKE

Torsdag 8.4

kl 18.30 Kveldsmesse

Søndag 11.4

11.00 Familiemesse ved Maria
Pedersen-Mong og Halgeir Schiager

UKE 15

Onsdag 14.4

12.00 Babysang (påmelding på nett-
siden)

Torsdag 15.4:

kl 18.30 Kveldsmesse
kl 19.00 Ungdomsklubben Aktivum

Lørdag 17.4

Konfirmasjoner ved Jorund Andersen,
Petter Dille og Halgeir Schiager (se tids-
punkt på nettsiden)

Søndag 18.4

Konfirmasjoner ved Jorund Andersen,
Petter Dille og Halgeir Schiager
(se tidspunkt på nettsiden)

UKE 16

Torsdag 22.4

kl 18.30 Kveldsmesse
kl 19.00 Ungdomsklubben Aktivum

Søndag 25.4 11.00 Høymesse ved
Petter Dille og Halgeir Schiager

UKE 17

Onsdag 28.4

kl 12.00 Babysang (påmelding på
nettsidene)

Torsdag 29.4

kl 18.30 Kveldsmesse
kl 19.00 Ungdomsklubben Aktivum

Søndag 2.5

kl 11.00 Høymesse ved Maria
Pedersen-Mong og Halgeir Schiager

UKE 18

Torsdag 6.5:

kl 18.30 Kveldsmesse
kl 19.00 Ungdomsklubben Aktivum

Søndag 9.5

11.00 Høymesse ved Jorund
Andersen og Halgeir Schiager

UKE 19

Onsdag 12.5

kl 12.00 Babysang (påmelding på nett-
siden)

Torsdag 13.5

kl 11.00 Kristi Himmelfartsgudstjeneste
ved Maria Pedersen-Mong og Halgeir
Schiager

Søndag 16.5

kl 11.00 Høymesse ved Maria
Pedersen-Mong og Halgeir Schiager

UKE 20

Torsdag 20.5

kl 18.30 Kveldsmesse
kl 19.00 Ungdomsklubben Aktivum

Søndag 23.5 11.00 Første pinse-
dagsgudstjeneste ved Jorund Andersen
og Halgeir Schiager

UKE 21

Onsdag 26.5 12.00 Babysang
(påmelding på nettsidene)

Torsdag 27.5

kl 18.30 Kveldsmesse
kl 19.00 Ungdomsklubben Aktivum

Søndag 30.5

kl 11.00 Høymesse ved Petter Dille og
Halgeir Schiager



UKE 13 - STILLE UKE

Torsdag 1.4

kl 18.30 Skjærtorsdagsgudstjeneste ved Jorund
Andersen og Halgeir Schiager

Fredag 2.4

kl 11.00 Langfredagsgudstjeneste ved Jorund
Andersen og Halgeir Schiager

Søndag 4.4

kl 11.00 Første påskedagsgudstjeneste ved Jor-
und Andersen og Halgeir Schiager

UKE 14

Mandag 5.4

kl 11.00 Felles andre påskedagsgudstjeneste i
Skøyen kirke

LIVETS GANG

DØPTE

Ebba Moen
Vilhelm Wøien Sødal
Lucas Børve Olesen
Harald Garfjeld-Kvile
Arthur Næss Tellemann
Agnes Ramstad
Ellie Almendingen Zahl
Georg Løvic Salbuvik
Jennie Kristine Moen Kleven
Hege Skoglund
Mathea Hole Elveland
Nicolai Alexander Villalobos Hasle
Ludvig Loukili Kristensen
Mille Høegh Ljøgodt
Sigurd Opsal Svendsen
Benjamin Mengshoel
Audun Kulbotten Øgård
Elias Stensrud
Ella Stensrud
Emil Rønning-Arnesen Moen
Frida Medbøen-Vaage

VIGDE

Nicole Romina Jimenez Grechi og Raul Enrique Cornejo Reinoso
Mia Jørstad og Diderik Robsahm Elvsveen
Rut-Elise Berg og Cato Løwer
Camilla Margrethe Pay og Snorre Christoffer Pedersen Orheim

DØDE

Ellen Ruth Horgen
Mona Sæther
Kari Harriet De Paolis
Bjørn Gullaksen
Reidun Miriam Nasset
Tove Sigrid Mellingen
Trygve Walther Boquist
Eidis Huseby
Ingrid Elise Sande
Björg Clementine Movig Denizou
Øivind Bjørner Bolstad
Else Kathrine Strøm-Gundersen
Hans Christian Aksel Melbye
Åslaug Walldal Kracht
Anne-Tine Nordstrøm Sonberg
Rolf Oppi
Ove Nygren
Brit Fleischer
Liv Elise Marie Opsand Dahl
Harald Nordtømme

Hallvard Stub Holmboe
Mette Helene Solvang
Birgit Inger Brun
Edmund Asbøll
Erlend Rian
Inger Øvensen
Ester Margrete Gjertsen
Liliana Delia Vigrestad
Vidar Aas
Edgar Berthold Ernst Helmut Schwuclow
Jørgen Rygh
Kari Krogstad Colwell
Johanne Løken
Thor Refsland
Eva Johanne Mår Tasca
Tove Aune Augustson
Magdalene Johansen
Else Bull Bjerke
Sjur Bjørndal
Truls Moberg
Kirsten Astrid Hauge
Anna Sofie Døhlen
Jan Melvin Nordeng
Ellen Agnes Bull Heyerdahl
Martine Villard



Behov for juridisk bistand?

Frogner advokatkontor

(+47) 92 61 44 15 • post@frogneradvokat.no
www.frogneradvokat.no • Maries gate 5, Majorstuen, 0368 Oslo

Velkommen!

KONTAKTLINSE BRILLER



Optikk Røa Optikk

Røa Optikk AS

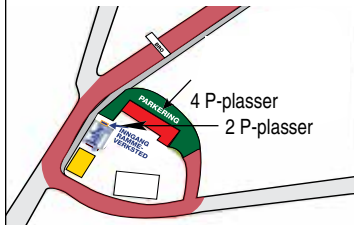
Vækerøveien 197, 0751 Oslo
Tlf.: 22 50 05 15 – Fax: 22 73 45 12
E-post: post@roaoptikk.no
www.coptikk.no

RAMME EXPERTEN

Spesialbutikk innen
innramming, reparasjon
og rens av kunst, malerier
og gamle rammer

Ullernchausséen 119, 0284 Oslo
Tlf: 22 41 00 95 -
E-post: support@rammexperten.no
www.rammexperten.no

**God parkering. Kjør inn
på nedsiden av bygget og rundt.**



FAST KNALLKJØP

TINE
ISKAFFE

**3
IN
2**

PLUKK & MIKS
ALLE 330ML OG IL,
33% AV SUMMEN TREKES FRA I KASSEN

9-21 (20)
Tlf. 23 29 69 00

MENY RØA

MENY

CC Vest Tannlegesenter AS

TLF. 22 73 06 03 – ÅPENT 08.30 – 16.00 (18.00)

- Allmennpraksis
- Legger vekt på forebyggende tannpleie
- Forsøker å hjelpe pasienter med tannlegeskrekk



MNTF

CC Vest, Lilleakervn. 16, 0283 OSLO • pentsmil.no
E-post: ccvesttannlegesenter@pentsmil.no

CCVEST



Frognerkilen
Selskapsmat

www.frognerkilen.no

22 55 66 75

GRAVSTENER

- Alle prisklasser
- Størst utvalg
- Alt innen faget
- Ring for katalog

SETTEM
STENINDUSTRI AS

Åpent: 8-16 • Torsd. 8-18

Tlf. 67 80 21 00

Skollerudvn. 135 - Lommedalen
www.settem.no

SETTEM
STENINDUSTRI

JØLSTAD

begravelsesbyrå

Grefsen - Smestad - Kirkeveien

22 79 77 00 / www.jolstad.no

Ingen er like. Hvorfor skal begravelser være det?

CCVEST

Åpningstider

Mandag til fredag: 10-21, lørdag: 9-19.

Meny 9-21 (9-19)

Vinmonopolet 10-18 (9-15)

Vitus apotek 9-21 (9-18)

www.ccvest.no



GRØNSETH MONUMENT AS
Etabl. 1881

Alt innen gravmonumenter. Nye samt oppussing og restaurering av gamle.
Vi er eldst i bransjen og holder til på Skøyen.
Gratis befaring og rask levering.

Grønseth Monument AS, Hoffsvaien 29, 0275 Oslo
Tlf: 22 73 13 70 / 900 38 150 • post@gronsethmonument.no
gronseth-monument.no



ULLERN MENIGHETRÅD

Du er velkommen til å ta kontakt med leder, nestleder eller andre i rådet.

- Stig Wilhelm Asplin, *leder*
E-post: s.asplin@online.no Tel 994 92 323
- Kristian Kragøe Andresen, *nestleder*
Epost: kkandresen@gmail.com
Tel 996 24 217
- Nima Halvorsen
- Edvard Cock
- Felicia Bränstedt Broch
- Caroline Bettum Solberg
- Katrine Kristiansen
- Christine Josephine Hauck
- Berit van der Hagen
- Linda Storeide

Vararepresentanter:

- Øystein Aurlien
- Per-Erik Schönberg-Hansen
- Åshild Watne
- Thorbjørn Brook-Steen

I tillegg sitter

- Sokneprest Jorund Andersen
- Daglig leder, Kim Christie Østberg, sitter som referent

FØLG OSS PÅ FACEBOOK



Lik siden vår
- og bli opptadert på hva som skjer i menigheten
[facebook.com/ullernmenighet](https://www.facebook.com/ullernmenighet)



ULLERN MENIGHET

Holgerslystveien 22, 0280 Oslo • Tel: 408 14 334 • post.ullern.oslo@kirken.no
www.kirken.no/ullern • [facebook.com/ullernmenighet](https://www.facebook.com/ullernmenighet)

Bestilling av dåp og vigslar:

Kirketorget: Tlf: 23 62 90 09 • kirketorget.oslo@kirken.no



Jorund Andersen,
sokneprest
ja593@kirken.no
957 70 788



Kim Christie Østberg,
daglig leder
ko929@kirken.no
458 51 175



Petter Normann Dille
kapellan
pd226@kirken.no
958 69 175



Maria Pedersen-Mong,
kapellan
mp828@kirken.no
45415233



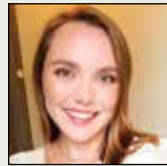
Halgeir
Schiager, kantor
hs478@kirken.no
23 62 93 93



Marie Try Valø,
kirketjener
995 28 254



Anne-Britt Myhre,
kontormedarbeider
am963@kirken.no
408 14 334



Ingvild Maria
Tømmerbakk,
kirketjener
907 07 736



Elisabeth Frafjord
Torp,
trosopplæringsleder
et692@kirken.no
984 520 82



Sandra Borøy, korleder
/ menighetsarbeider
barnogmusikk.ullern@gmail.com
473 22 977



Rasmus
Bell Andreassen
Ungdomsarbeider
488 96 839



Maria Liholt, kateket
907 32 654
ml574@kirken.no

VIL DU STØTTE ARBEIDET?

Bruk gjerne Vipps nr 13562 - Ullern kirke eller konto 1600.47.84719



Skal du selge eller ønsker du en verdivurdering på boligen din?

Kontakt din lokalmegler i bydelen gjennom 20 år.
Eie Skøyen, Ullern & Røa.

skoyen@eie.no / 22 06 30 00

ullern@eie.no / 23 25 44 88

roa@eie.no / 22 51 11 11

EIE eiendomsmegling