



## Skrivekløe

side 16-17



## Domkirkens nye kirketjener

side 4



## «Emissær»

side 7-9

# DOMKIRKEN I SENTRUM

## VÅREN 2023

## Slik skapte Tove sin første salme

En søndag morgen begynte noen toner å trenge seg inn i Tove Midtvaage Negaards hode. – Jeg ble jeg redd for at de skulle forsvinne og fant fram blokkfløyten. Så spilte jeg tonene jeg hørte, sier Tove. Dette skjedde høsten 2021. Et drøyt år senere ble salmen urfremført i Domkirken. Nå takker hun sine tre hjelpere for uvurdelig bistand.

side 2-3

«Da jeg spilte på fløyten, var det orgelets toner jeg hørte.»

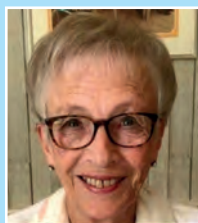
**Tove Midtvaage Negaard.**



*Dirigent Birgit Soland Gudim*



*Domorganist Dan René Dahl*



*Lærer og musiker Wenche T. Johnsen*



**Oversikten som viser sentrums-kirkenes aktiviteter**

side 10-15

**Hva betyr påsken for deg?**

Enquete på side 7-11

# «Plutselig begynte en melodi å trenge seg frem i mitt hode»

*Her er tekst og noter til en helt ny salme. Under gudstjenesten i Domkirken 6. november var det urfremførelse. I benkeraden satt en spent kirkegjenger og komponist Tove Midtvaage Negaard.*

– Historien om hvordan salmen ble til er spennende og egentlig litt morsom, sier hun i dag.

Her gjengir vi Toves tanker om hvordan først melodi og så tekst falt på plass:

Det hele begynte en søndags morgen høsten 2021. Jeg var på kjøkkenet og laget frokost. Plutselig begynte en melodi å trenge seg frem inni hodet. Det var spennende toner. Jeg begynte å nynne med. Den ble mer og mer påtrengende, og krevde plass. Jeg tenkte: «Denne melodien må jeg huske». Så jeg begynte å synge: «La, la la...» Livredd for at den skulle forsvinne sang jeg om igjen og om igjen og om igjen.

Jeg hentet det eneste instrumentet jeg hadde, blokkfløyten, og spilte tonene. Så fant jeg fram noteark og begynte å skrive det hele ned.

Ikke alle har et positivt forhold til blokkfløyten, men det lille beskjedne instrumentet har uante egenskaper: Da jeg spilte på fløyten, var det orgelets toner jeg hørte. Jeg var overbevist om at det var orgel komposisjonen var ment for!

## Jeg fikk god hjelp

Før jeg går videre, må jeg trekke fram tre personer som spiller en helt avgjørende rolle. Det er domorganist Dan René Dahl, dirigent Birgit Gudim Søland og Wenche Tuman Johnsen, som har et langt liv som musikk lærer og musiker. Uten disse tre ville komposisjonen aldri sett dagens lys.

Deres positive innsats for å få alt i havn, er nesten ubeskrivelig.

Vi dro til Sveits i oktober 2021, i konfirmasjon til et barnebarn. Stuen i deres hus har en fantastisk akustikk. Jeg måtte synge melodien min i dette rommet. Der og da forsto jeg at jeg måtte fortsette arbeidet med melodien som ikke ville slippe taket.

Melodien utviklet seg. Hovedtemaet fikk nå selskap med et sidetema, og vissheten om at det var en salme jeg holdt på med stadfestet seg. Blokkfløyten og stemmen min hadde nå daglige treff. Et soloparti utviklet seg. «Evig Herre. Se i Nåde. Hør min bønn.»

## Plutselig kom ordene

Men salmen måtte ha en tekst. Nå var tiden der. Jeg tok fram et blankt ark og satte meg ned, med pennen klar. Jeg lukket øynene. Og det var da det underlige skjedde. Plutselig kom ordene. Seks vers på rekke og rad etter hverandre. Jeg skrev «så blekket sprutet». Jeg så på teksten. Det var ingenting som skulle forandres. Ingenting å tilføye. «Når jeg er på ville veier» var født.

Da solopartiet var skrevet ned, falt det hele på plass. Det var først da solopartiet var kommet med, at komposisjonen fikk tyngde. Det var sekvensen «Herre hør min bønn» som ga det hele mening.

## Åpenbaring i tom kirke

Nå måtte jeg høre dette med andre toner enn fra blokkfløyten. Jeg kontaktet Wenche Tuman Johnsen i mars 2022. Hun tok notene mine, mitt beskjedne blokkfløyte-opptak på mobilen, satte seg til ved pianoet og spilte. Da sa hun: «Dette må du gå til Dan med!» Wenche var tålmodig og fantastisk, hørte på mine forklaringer mens hun spilte og ga seg ikke før pianoet samkjørte med mine ønsker.



*Salmedebutant Tove Midtvaage Negaard kan se tilbake på en spennende og morsom prosess.*





## Når jeg er på ville veier

Melodi: Tove Midtvaage Negaard

Tekst: Tove Midtvaage Negaard

The image shows a musical score for the hymn 'Når jeg er på ville veier'. It consists of three systems of music. Each system includes a vocal line (Kor) and a piano accompaniment (Orgel). The first system starts with a piano introduction. The second system begins at measure 6 with the lyrics: 'Når jeg er på vil - le vei-er, Her-re ta meg før meg i havn'. The third system begins at measure 12 with the lyrics: 'Led meg frem fra håp til sei-er. La meg hvi - le i ditt navn. La ditt ord slå rot og brin-ge lys og san-nhet hvor jeg van-drer frem. La meg se din kraft og kjen-ne at jeg kom-mer hjem'. The score is written in G major and 4/4 time.

Etter mellomspill av orgel fortsetter salmen slik:

<b>Solo:</b>	<i>Når jeg er på</i>	<i>La ditt ord</i>
<i>Evig Herre</i>	<i>ville veier</i>	<i>gi kraft og mening</i>
<i>Se i Nåde</i>	<i>Herre, ta meg</i>	<i>La meg se</i>
<i>Hør min bønn</i>	<i>før meg i havn</i>	<i>hva som er sant</i>

*Tove Midtvaage Negaard*

Møtet med organisten 6.april 2022:

Dan tok Wenchens noter, hørte på opptaket fra pianoet, satte seg til ved orgelet, og den reneste åpenbaring utspilte seg i en tom kirke en mandag formiddag! Orgelet bruste. Jeg var stum av beundring over hans spill, mens jeg nikket for meg selv. Ja, det var slik det var tenkt, fra den spede blokkfløytens begynnelse.

Dan er det mest utrolige menneske jeg har møtt. Så positiv, så full av entusiasme, så lydhør for alle mine ønsker og så profesjonell! Han spilte, stoppet, puttet inn mine ønsker om crescendoer her og der.

I solopartiet forklarte jeg hvordan bønnen «Evig Herre, Se i Nåde, Hør min bønn!» skulle bli møtt av et «ekko» fra orgelet. Ekkoet skulle «dra» tonene enda høyere opp, i et crescendo, som et «skrik» like til himmelen. Dan lyttet, Dan eksperimenterte. Vi lo og pratet, tok opp-tak på hver vår mobil, etter hvert som musikkstykket tok sin endelige form.

Han bestemte umiddelbart at dette skulle vi ha med Senza Rigore på. Han skulle snakke med Birgit!

### I trygge hender

Møtet med kordirigenten:

Birgit Gudim Søland har alt. Hun er en profesjonell kordirigent, hun er entusiastisk, og hun driver korene sine til store høyder med sin kunnskapsrike erfaring. Så får hun også fram vidunderlige stemmer i Senza Rigore!

Det var stemningsfullt å være til stede ved korøvelsen og høre stemmenes perfekte tolkning.

Birgit er utrolig hyggelig å være sammen med, og hun har en positivitet, som overgår det meste.

Jeg forsto raskt at med Dan og Birgit ved min side, var prosjektet mitt i trygge hender! Jeg kunne nå slappe av. Og se frem til urfremførelsen under gudstjenesten i Domkirken 6. november i fjor.

Det har på alle måter vært en spennende reise.



## Utleie av domkirkekjelleren

Trenger du lokale til kurs, bryllup, bursdag, konfirmasjon, dåp, minnestund eller en annen anledning? Det kan dekkes til ca. 150 med kaffeservise, og det er middags-servise og stetteglass til 50. Moderne kjøkken med god kjøleplass og rask oppvask-maskin. Utleieprisen for hele kirkekjelleren er kr. 2800, bare storsal kr. 2000,-. Bruk av kjøkkenet og vask av lokalet er inkludert. Ring kirketorget 69 95 98 00 alle dager mellom kl 09 og kl 15, eller send en epost til [post@fredrikstad.kirken.no](mailto:post@fredrikstad.kirken.no).

## Domkirkens nye kirketjener Trond Olav Hansen: «Jeg fikk drømmejobben»

*Trond Olav og kona Laila Anita Hansen skulle på kino. Paret parkerte ved Lykkeberg. Da de så Domkirken, sa han til kona: – Tenk å være kirketjener der da. 14 dager etter kom utlysningen.*

*Tekst og foto: Jan H. Ihlebæk*

– Da frøs jeg på ryggen. Den jobben må jo være tiltenkt meg, ler Trond Olav (49), Domkirkens ferske kirketjener. Lislebygutten som nå bor på Tomb i Råde føler han har fått drømmejobben.

Det var ikke tilfeldig at han tok en kikk på Domkirken den kvelden. Etter et langt liv i NSB hadde han året før steget av og penset over til DNK som kirkegårdsarbeider, kirketjener og krematør i Halden kirkelige fellesråd.

Fembarnsfarens har en særdeles variert bakgrunn. Først utdannet tømrer. Men etter militæret ble det NSB og senere Vy i mange år.

– Jeg begynte som konduktør i 1994, forteller Trond Olav.

Han ble raskt instruktør, han har jobbet med avvikshåndtering-buss for tog i bedriftens avvikssenter. I 2004 ble han personalleder for konduktørene for Oslo-Østfold. Etter hvert ble han driftssjef for Østfoldbanen, før han fikk ansvar for å utarbeide tilbudspakke slik at Vy skulle vinne tilbudet for Østfoldbanen.

– Det gikk bra, sier Trond Olav.

Men da var han fornøyd med jernbane som var altoppslukende. I tillegg til at



*Døren åpnet seg da Trond Olav Hansen søkte jobben som kirketjener i Domkirken. Han har allerede funnet seg godt til rette.*

det har vært en del utdanning ved siden av jobb og når bacheloroppgaven i endringsledelse var levert, var tiden inne for å bytte beite.

– Jeg «vokste opp» på Lisleby bedehus. Der traff jeg kona mi og mitt livs kjærlighet Laila Anita. Vi var 13 år gamle. Hun var kristen. Da ble jeg det også. Siden har det vært oss. Det er blitt fem barn fra 11 til 26 år, og dagene flyr med å følge opp aktiviteter og sørge for at vi er den tryggheten de skal ha, forteller Trond Olav.

– Og nå er jeg så lykkelig over å ha fått denne jobben. Å få jobbe i dette vakre og store rommet er en sann glede. Og når Dan Rene øver på orgelet, så storkoser jeg meg. Min oppgave er å holde kirken i orden på alle plan. Det skjer mye her, og folk skal oppleve at alt er på stell når de kommer, sier Trond Olav.

– Jeg er blitt tatt så godt imot. Og det er så mange flotte og flinke folk her, så dette lover godt, legger han til.

En merker fort at kirketjeneren er en mann med godt humør og at han liker å snakke med folk.

– Å, ja. Jeg er sosial og liker kontakten med mennesker.

Foruten å få med seg gudstjenester i Domkirken annen hver helg, så er han også noe på Frelsesarmeen på Jeløy, og han hjelper til med en ungdomsklubb på Effata i Saltnes.

– *Rekker du noe annet?*

– Jada, jeg spiller innebandy og fotball på veterannivå, og så liker jeg å gå i fjellet når tiden tillater det. Jeg har vært på toppen av Kilmamjaro i Tanzania, for eksempel.



# Livets sårbarhet

For noen år siden bar jeg og mine seks søsken vår søster til graven. Døden hadde seiret over livet. Vi kjente på en dyp sorg. Vi kjente på håpløsheten, som døden alltid bringer meg seg. Det siste hun visket til oss før hun døde var dette: «Vi sees igjen.»

Vi lever i en tid, der døden har kommet nærmere for mange av oss. For noen, fordi vi har mistet noen som stod oss nær. For mange av oss fordi pandemi og krig i Europa, viser oss noe av dødens brutalitet og endelighet.

«Memento Mori» – Husk du skal dø. Ordene minner oss om livets sårbarhet og om at tiden vi har sammen, er så uendelig dyrebar. Døden virker så endelig, når vi følger noen vi er glade i, til graven. Derfor håper og sier mange av oss; Vi møtes igjen!

Kan vi virkelig tro det? - Når vi møter døden, på en eller annen måte, virker døden uovervinnelig. Når vi står ved en grav til noen vi kjenner, som er død, kan vi kjenne på håpløsheten!

Vi skal snart feire påske, en høytid der kristne i alle verdens land, feirer livets sier over døden i Jesu oppstandelse. Kan vi virkelig tro at det er sant?

Vi kan ikke vite, men vi kan tro og håpe. Når vi leser om forvandlingen av de første kristne, som fortalte at de hadde møtt Jesus etter oppstandelsen, blir vi utfordret til å tro. Når vi ser hvordan den kristne tro har holdt seg sterk og livskraftig i over 2000 år utfordres vi til selv å sette oss inn i fortellingene, i evangelietekstene!

Kirken og den kristne tro, står og faller med troen på Jesu død for oss og Jesu oppstandelse fra de døde. Når vi søsken senket vår søster i graven, sang vi salmen; «Deg være ære, herre over dødens makt» Vi sang det i protest mot dødens makt og i tro på at vi en dag møtes igjen.

I en verden der vi ser dødskreftene herje, gir Jesu oppstandelse oss et løfte om at livet er sterkere enn døden.

I Svein Ellingsens salme, Døden må vike, beskriver han vår kamp i en verden preget av død og troen på livskraftene, som kommer til oss fordi Jesus stod opp fra de døde:

*Døden må vike for Gudsrikets krefter!*

*Du som var død, er vår Herre i dag!*

*Kristus, du lever og står ved vår side  
her hvor vi rammes av jordlivets slag.*

*Løftet står fast når vår fremtid er truet:*

*Ingen skal rive oss ut av Guds hånd!*

*Engang skal Gud få sin skapning tilbake.*

*Verden blir frigjort fra fiendens bånd.*

*Kåre Rune Hauge,  
domprost i Domkirken*



## Juletefest i kirkekjelleren

Søndag 8. januar etter gudstjenesten arrangerte Domkirken juletefest i kjelleren. Det var godt fremmøte av barn og voksne. Vi gledet oss over flott sang av Domkirkens jentekor med sin dirigent Hege Holmquist.



*Tre vismenn delte ut poser til de yngste.  
Fra v. Jo Edvardsen,  
Erling Omvik og Atle Sommerfeldt.*



*Tradisjonen med gang rundt juletreet ble holdt i hevd også i år. En entusiastisk leder av festen, soknediakon Ann Christin A. Nicolaysen fikk respons da hun oppfordret unge som eldre til å forme ringer rundt treet. Hun ledet også flere konkurranser, til stor begeistring.*

# 14 konfirmanter i Domkirken



*Under gudstjenesten 29.januar var Aksel Ladim, Kristian Thormodsen og Julie Sekkelsten med som ministranter. Her sammen med sokneprest Endre Fyllingsnes.*

I år er det 14 flotte konfirmanter i Domkirken. Ta vel imot dem!

Etter en lang koronapause er Domkirkens konfirmanter igjen tilbake som ministranter i gudstjenestene våre. Det gleder vi oss over.

Antall konfirmanter går opp og ned. I år er det hele 14 ungdommer som har valgt konfirmasjon hos oss. Det er like mange som gjennomsnittet de siste åtte årene.

Det er fast tradisjon at Domkirkens konfirmanter er med på opplegget i Glemmen menighet. Gjennom å leke, lure og lære får de bli bedre kjent med Bibelen, Jesus, gudstjenester og de kristne høytidene. Som konfirmanter får de også reflektere over viktige tema som Guds bilde, menneskesyn, livet og døden, tro og vitenskap.

Selv om konfirmantene våre er med på undervisningen i Glemmen, skal de likevel delta på gudstjenester i Domkirken. Her er de blant annet med som ministranter utover våren, der de gjør ulike oppgaver i gudstjenesten og får erfare «innsiden» av gudstjenestefeiringen. Det er en virkelig flott tjeneste, både for konfirmantene og for menigheten.

## I jobb

Våren er like rundt hjørnet og det er tid for å tenke beskjæring av busker og trær

- Bærbusker
- Eple, pære, plommer og kirsebær
- Sommer og høstblomstrende busker og trær
- Roser
- Løvfellende hekk.
- Trefelling

**Kontakt oss, for en gratis og hyggelig befaring.**

Telefon 45 97 44 39  
Losjeveien 2, Fredrikstad  
[i-jobb-fredrikstad@bymisjon.no](mailto:i-jobb-fredrikstad@bymisjon.no)







Svein Skahjem: – Jeg brenner for å formidle kunnskap og forståelse for historie. Her er han fotografert under et kåseri om Cicignon og etableringen av Vestre Fredrikstad kirke i domkirkekjelleren. (Foto: Erling Omvik)

«Kona mi, Wenche sa alltid: Du burde vært emissær! Og det er kanskje det jeg er, på mitt vis.»

**I 50 år har Svein Skahjem samlet på lokal historie og gitt ut et utall bøker**

– Jeg gleder meg virkelig til hver eneste dag! Jeg synes jeg er så heldig som får holde på med å skrive og formidle.

*Tekst: Hege Fagermoen*

Det sier Svein Skahjem – et kjent navn i Fredrikstad. Gjennom 50 år har han samlet på lokalhistorie, og gitt ut et utall bøker om steder og mennesker.

Han har også hjulpet mange såkalte «krigsbarn», barn av tyske soldater og norske mødre fra 2. verdenskrig, til å finne sine fedre, slik han også i voksen alder fant sin egen tyske far.

– Hvorfor er det viktig å bruke tid på historie?

– Vår historie som enkeltmennesker henger både sammen med vår familie og slekts-tilhørighet, og hvor vi kommer fra eller bor. Vi har alle et biologisk opphav, våre foreldre. For meg som ikke kjente min fars bakgrunn og slekt, ble det viktig å finne svar på hvem han var, *Forts. neste side*

*Hva betyr påsken for deg?*



**Inger Lill Erichsen Pedersen (69)**

Først tenker jeg på: Jesus gav sitt liv for oss – for meg. Tanken som gir håp for oss – og håp om endring. Kunsten å leve sammen på jorden. Å sitte i kirken og høre ord fra Bibelen. Sang og vakker orgelmusikk – følelsen av nærhet til noe stort. Få synge «Påskemorgen slukker sorgen».



**Freddy Fjellheim (65)**

Vaklevorne, lodne kyllinger og gule påsegardiner var påskens tegn der jeg kommer fra. Alt ble nyvaska og skinnende rent, selv vårlyset. Dette var klangbunnen når jeg kom til å elske påskens forvandlingsmysterium: Den stille uken, den bunnløse sorgen, den overveldende oppstandelsens jubel.

# Alle har behov for tilhørighet

*Fortsatt fra forrige side*

hvordan var hans liv, og ikke minst få bilder av ham og hans slekt, sier Svein.

Det ble en svært spennende oppgave, og med årene falt brikkene på plass. Ved siden av denne søken etter opplysninger, gikk arbeidet med hans mors slekt.

– Menneskeskjebner dukket opp, og livene de levde ble levende for meg i dag. For eksempel fant jeg min oldemors fortelling. Hun vokste opp som husmannsjente. Hennes vanskelige barndom og oppvekst kan vi knapt forestille oss i dag. Tenk å bli bortsatt på legd som 12-åring!

Den aktive lærerpensjonisten synes det er spennende at hennes liv, i likhet med de andre formødrene og forfedrene, har betydning for hva slags liv han lever i dag.

Han fortsetter:

– I bidraget mitt til å finne igjen fedre til «krigsbarn» har jeg sett hvilket behov vi har for å vite hvor vi kommer fra og knytte bånd til røttene. Jeg kan ikke beskrive sterkt nok de opplevelsene mange faderløse har fått når kontakten med fedrene eller deres etterkommere har kommet i stand.

– *Hva tenker du at denne kunnskapen gjør med oss?*

– Å kjenne vår historie og vår bakgrunn er med på å styrke vår identitet og gi oss en større forståelse av hvem vi er. Det er med på å gi oss en trygghet i møte med oss selv, og det motvirker rotløshet. Vi trenger alle noen rammer for livet vårt.

Selv har jeg skrevet fem slektsbøker. Mitt barnebarn Christian sa for en tid

tilbake: «Tenk deg Bess at om 50 år har vi alle de slektsbøkene du har skrevet. Da har du tatt vare på minnene». Du vet det blir sagt at vi mennesker dør to ganger, og den andre gangen er når minnene om oss er borte. Med fortellingene har vi en levende kontakt med vår egen historie.

## Den sterkeste drømmen

– *Jeg leste i et intervju med deg at da du flyttet til Trara, ja «da måtte jeg jo finne ut av Traras historie». Hvorfor måtte du det?*

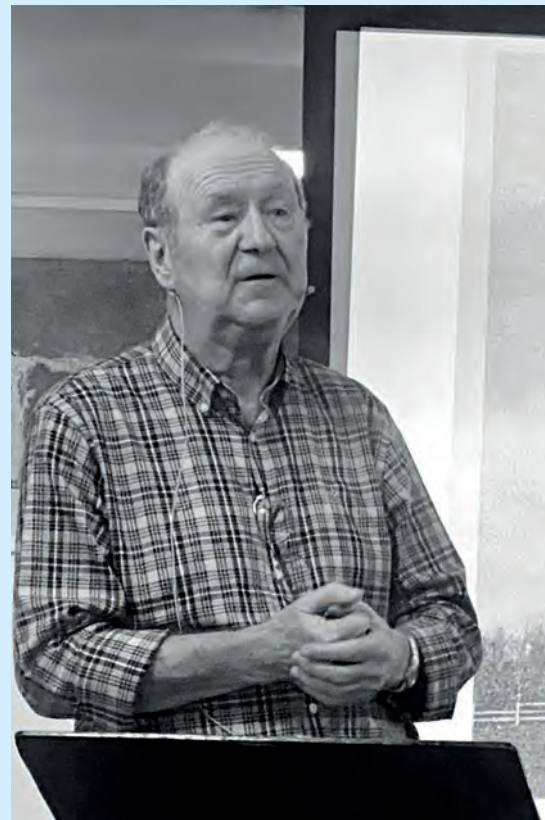
– Jeg tenker at det handler om å motvirke rotløshet og utrygghet. Vi vokser opp i et lokalmiljø, og vi bor et sted. Alle har behov for å oppleve tilhørighet, og jo mer vi kjenner til stedets historie, jo sterkere blir tilhørigheten.

79-åringen husker første gang han kom til Skahjemgård der hans morfar vokste opp.

– Det ble sterkt. Senere har mine barn fått det samme møtet, og de siste årene mine fire barnebarn. Vi kommer fra et sted. Slektsnavnet vårt har en spennende historie tilbake 2000 år!

Og det gjorde også noe fundamentalt med meg å komme til den tyske byen der min far hørte til. Da møtte jeg en som ønsket meg velkommen hjem da han fikk høre min tilknytning. Det var sterkt. Kanskje er drømmen om å komme hjem noe av det sterkeste i oss?

Jeg tror også at det skjer noe i oss, noe fysisk og følelsesmessig, ved å komme til steder der våre forfedre eller – mødre har levd. Vi hører til i en rekke.



Det er nesten evig liv, det!

## Kirken gir viktige rammer

– *Apropos 2000 år, evig liv, og det å komme hjem. Du har et aktivt forhold til kirken. Har din kirketilhørighet likhets-trekk med din historieinteresse?*

– Når jeg sitter i Aurland kirke fra 1202 vet jeg at her har mine formødre og forfedre også vært, og de har sett mye av det samme som jeg ser i dag. Det knytter oss sammen på en merkelig måte. Kirken rammer også inn livene våre. Sørgeasken ved trappen opp til Glemmen kirke, ble plantet av min oldefar, gartner Fredrik Almgren i 1875 da hans første kone ble begravd. Treet skaper en god følelse hos meg.

Kirken er en viktig tradisjonsbærer som knytter slekten sammen. Med

## Hva betyr påsken for deg?



### Adele Bonacucina (16)

Påske betyr å være med familie og venner. Jeg er halvt italiensk, så familietid rundt høytider er veldig viktig. Selv har jeg også en egen «tradisjon», som er å dra på leir. Leirer er noe jeg elsker, du får nye venner og du lærer mye om selve grunnen til at vi feirer påske.



### Kate Hoel (64)

Påsken for meg er tid med familien, det er å male på egg med barnebarna og det er tid til ettertanke. Påsken handler om håp og kjærlighet. Jeg håper på en ny vår for Ukraina, om mindre ulikhet i verden og vet at vi er elsket av Gud.





Svein Skahjem er stadig på søken etter ny kunnskap – og hans varemerke er engasjement og glød i formidlingen. (Foto: Erling Omvik)

sørgeasken har min oldefar etterlatt seg et spor som har betydning for oss også i dag. Det får meg til å tenke på hvilke spor vi etterlater oss den dagen livet er slutt?

### Kritisk til salmevers-pugging

Den pensjonerte læreren er kritisk til mye av den kristendomsopplæringen hans generasjon vokste opp med. Pugging av salmevers, og vanskelige tekster ga liten mening.

–For meg er kirken viktig i det at vi alle skal være lys og salt i verden, slik Jesus sier i Bergprekenen. Vi skal alle bidra med noe verdifullt og positivt. Jesus sier at vi skal elske våre fiender, gjøre godt mot dem som hater oss, be for dem som mishandler oss, hindre urettferdighet,

hjelp de svakeste. Det betyr også at vi må arbeide for at ikke jorda vår og miljøet blir ødelagt, og hindre den voksende kapitalismen der «dansen om gullkalven» ser ut til å bli viktigere og viktigere.

Kristendommen handler for meg om å få en verden fylt av rettferdighet og fred. For meg betyr «frelse» frigjøring fra farlige bindinger, enten det er det som ikke fremmer rettferdighet og fred, eller det er å gjengjelde ondt med ondt.

Så legger han til:

– Jeg har selv møtt mennesker som opplevde ubeskrivelig tortur og terror under andre verdenskrig, og som etter krigen engasjerte seg i arbeidet for fred og forsoning. Det er kristendom!

### En nysgjerrig skeptiker

– Etter vår samtale skal du holde foredrag i Borge, og jeg forstår at mange vil høre på deg. Hvorfor?

– Kona mi, Wenche sa alltid: Du burde vært emissær! Og det er kanskje det jeg er, på mitt vis. Jeg brenner for å formidle kunnskap og forståelse for historie, og jeg synes det er så spennende hvordan stadig ny innsikt gir oss nye perspektiver på historien, og dermed på oss selv.

Det er nok en grunnholdning i livet for meg, det å få perspektiv. Jeg er i utgangspunktet en nysgjerrig skeptiker, som leter etter svar, og ikke tar noe for gitt, hverken i historien eller kristendommen.

## Hva betyr påsken for deg?



### Turid Sandvand Ihlebæk (68)

Påsken er først og fremst tid til ettertanke over påskens budskap, men også tid til å være sammen med storfamilien. Jeg lar meg inspirere av både gudstjenester, sanger, filmer og musikkverk som har lidelseshistorien eller oppstandelsesbudskapet som tema.



### Sebastian Frost Christiansen (17)

For meg handler påske mest om takknemlighet. Man hører om korsfestelsen og oppstandelsen historisk sett. Derav minnes en på alt hver og en har blitt gitt. Jeg har alltid tenkt på kirken som åpen for alle. Dette følte jeg spesielt på under påskennattgudstjenesten i Glemmen kirke i 2022.

# Egil Hovland-festivalen bli

*Er påskeplanene klare? Pass på å ikke gå glipp av «Påskefest 2023» hvis du liker musikk som stimulerer, beroliger, utfordrer og oppmuntrer.*

*Tekst: Jo Edvardsen*

Alt dette rommes i den nye utgaven av Egil Hovland-festivalen. Mange savnet festivalen i fjor, men den er altså ikke lagt ned. Tvert imot, den videreføres og fornyes med nytt navn, «Kirkemusikk Fredrikstad». I år inviteres både Fredrikstad-folk og tilreisende til påskefestival. I løpet av to uker er det mulig å få med seg over 15 arrangementer.

«Kirkemusikk Fredrikstad» har hele tiden vært brukt som undertittel på Egil Hovland-festivalen, nå løftes det fram. Formålet er fortsatt å gjøre musikk og andre kunstuttrykk av høy kvalitet tilgjengelige for flest mulig. Hovlands musikk skal fortsatt ha plass i festivalen, på langfredag fram-

føres hans mektige Job-suite. Og neste år skal 100 årsjubileet for Hovlands fødsel markeres skikkelig!

Visjonen om «åpenhet, inkludering og nyskaping» åpner for cross-over konserter. Konserter der flere og ulike kunstarter kommer til uttrykk, og konserter der kunststartene smelter sammen og skaper nye uttrykk. I år blir dette særlig tydelig på åpningskonserten, med internasjonale utøvere av høy klasse, en nyskrevet versjon av Bachs Johannespasjon for tre solister.

Videre er det både en forutsetning og et formål at festivalen har en klar kvalitetssatsning på barn og unge. Vi inviterer til konserter med unge lokale utøvere på orgel, både fra vårt eget Egil Hovland-akademi i Glemmen og Musikkhøgskolen i Oslo. Og Musikkbrunch, med målgruppe 65+, deltar Domkirkens jentekor sammen med Det norske solistkor, de som kjøper billett kan ta med en ung gjest, som et barnebarn, gratis på billetten. Jentekoret bidrar også i en spennende samtale ledet av vår tidligere biskop Atle Sommerfeldt: Norsk nok?

## Slik er programmet dag for dag

**Mandag 3. april 12.00**

**i Glemmen kirke:**

**Lunsjkonsert med orgelmusikk.**

Musikk av Max Reger og Sergei Rachmaninov. Guttorm Guleng på orgel.

**Tirsdag 4. april 12.00**

**i Domkirken**

**Lunsjkonsert med orgelmusikk**

Musikk av J. S. Bach. Guttorm Guleng på orgel.

**Onsdag 5. april 12.00**

**i Glemmen kirke**

**Lunsjkonsert med orgelmusikk**

Musikk av Max Reger og Sergei Rachmaninov. Guttorm Guleng på orgel.

**Onsdag 5. april 19.00**

**i Domkirken**

**Åpningskonsert - Johannespasjon av J. S. Bach for 3 musikere**

Denne kritikerroste versjonen var et bestillingsverk til Bachfest Leipzig under korona- nedstengningen. Har siden gått sin seiersgang verden over. Benedikt Kristjansson, tenor, Elina Albach, orgel/ cembalo, Philipp Lamprecht, slagverk

**Skjærtorsdag 6. april 18.00**

**i Østre Fredrikstad kirke**

**«Vår påske»** med Bjørnar Spydevold og Cathrine Iversen. Nattverdgdustjeneste.

**Skjærtorsdag 6. april 19.30**

**i Domkirken**

**Hymns of compassion**

«Blanding av sakral musikk og ambient elektronika, med piano og trompet som base» Øyvind Kristiansen, Jonas Kilmork Vemøy.

**Skjærtorsdag 6. april 22.00**

**i Glemmen kirke**

**Hovlands Job-suite**

Egil Hovlands tonesettelse av Jobs sterke følelsesuttrykk har blitt en klassiker. Guttorm Guleng/Lars Tore Bøe.

**Langfredag 7. april 11.00**

**i Domkirken**

**Henrik Ødegaard: Matteuspasjonen**

Sterk pasjonsberetning i talende lett modernistisk tonespråk Kor og solister.

**Langfredag 7. april 19.00**

**i Glemmen kirke**

**Pasjonsaften**

Pasjonsmusikk av Bach, Pergolesi, Hovland m.fl. Glemmen kirkes diskantkor med solister.

## Hva betyr påsken for deg?



**Ellen Lunde (61)**

Da vil jeg sitere Paulus: Men er ikke Kristus stått opp, da er vårt budskap tomt, og deres tro er også tom. Pasjons- og påskemusikken som jeg har fått oppleve gjennom mange år i Domkoret, har stor verdi for meg. Påske betyr også ekstra fridager, sesongstart på hytta og båtpuss.



**Jon Fr. Andersen (70)**

Da jeg var liten, ble jeg fortalt historien fra det gamle testamentet om engelen som gikk forbi husene som var merket med blod. Alle ble reddet. På samme måte har det som Jesus gjorde i påsken gitt meg en grunnleggende trygghet i livet.



# r Kirkemusikk Fredrikstad



*Den islandske tenoren Benedikt Kristjánsson er Bach-tolker på høyt nivå, og turnerer Europa rundt med sin versjon av Johannes-pasjonen. I påsken står Fredrikstad for tur!*

## Vi trenger frivillige!

Frister det med hyggelig arbeidsfellesskap og gratis konserter? Frivilligruppen i Kirkemusikk Fredrikstad er vertskap for artister og publikum, selger billetter, serverer mat, legger til rette og tar bilder. Har du lyst til å bidra, litt eller mye? Kontakt frivilligkoordinator Grete Sundby, grete@impro.no, mobil 900 23 373.

### Lørdag 8.april 20.00 i Østre Fredrikstad kirke Songs From The Book of Qohelet.

Det hele begynte som en vuggesang. Sorgen og skjønnheten i Det gamle testaments poesi fikk Jo Hegle Sjøflot til å tenke på det å synge for et barn som skal sove. Jo Hegle Sjøflot med band. Biskop Kari Mangrud Alsvåg leser egne poetiske tekster.

### Lørdag 8. april 23.00 i Glemmen kirke Påsenattsmesse

(Se nærmere omtale på sidene 18 og 19 i menighetsbladet)

### Første påskedag 9.april 11.00 Påskedagsgudstjenester i alle kirkene

### Første påskedag 9.april 18.00 i Glemmen kirke Festkonsert

Messingblåsere, solister og kor. Påsketokret fra Cavalleria Rusticana Per Kristian Ruud-Enggrav, Birgit Gudim Søland, Hege Holmquist og Christopher Pedersen m.fl.

### Andre påskedag 10.april 11.00 i Domkirken Orgelkonsert

Unge talenter fra Østfold. Fredrik Olsen og Syver Minge

### Andre påskedag 10.april 19.00 i Østre Fredrikstad kirke «Norsk nok?»

Foredrag og panelsamtale, ledet av biskop emeritus Atle Sommerfeldt. Domkirkens jentekor.

### Lørdag 15.april 13.00 i Domkirken Musikkbrunch med Solistkoret

I samarbeid med Fredrikstad kommune og Den kulturelle spaserstokken: Ta med et barnebarn i tenårene gratis på din billett! Det Norske Solistkor, dirigent Julia Selina Blank

### Søndag 16. april 17.00 i Domkirken

W. A. Mozart: Große Messe i c-Moll  
Trondheimsolistene og Borg domkor.  
Arrangeres av Mozartfestivalen, i samarbeid med Kirkemusikk Fredrikstad.



## Hva betyr påsken for deg?



### Gabriel Behnan Chamoun (49)

Påskehøytiden betyr mye. Det er en kristelig høytid hvor man sammen med familien feirer at Jesus stod opp fra de døde tre dager etter korsfestelsen. Det som skjedde i påsken danner grunnlaget til mye av religionen min. Vi har tradisjoner med pynting av påskeegg, kylling og harer og male egg.



### Aud H. Larsen (58)

For meg er påsken tid for ettertanke, fri, vår og kirkens viktigste budskap. Ettertanke og takknemlighet for livet og påskens innhold. Gjennom flere fridager kan vi nyte blå himmel, sol og våren som nok en gang spirer. Godt for blomster og godt for mennesker.

# GUDSTJENESTER I DOMKIRKEN

## FEBRUAR

**Søndag 19.02. 11:00** Gudstjeneste. Sokneprest Andreas Vassal  
**Onsdag 22.02. 19:00** Askeonsdagsgudstjeneste. Sokneprest Andreas Vassal  
**Søndag 26.02. 11:00** Gudstjeneste. Domprost Kåre Rune Hauge. Menighetsmøte om endring av antall medlemmer i menighetsrådet.

## MARS

**Søndag 05.05. 10:15** Terje Kvam holder konsert-foredrag, med musikere, om Kantate 22 og 23 av Johann Sebastian Bach.  
**Søndag 05.03. 11:00** Bach-gudstjeneste. Sokneprest Endre Fyllingsnes  
**Søndag 12.03. 11:00** Gudstjeneste. Sokneprest Margaret Snilsberg  
**Søndag 19.03. 11:00** Gudstjeneste. Sokneprest Andreas Vassal  
**Søndag 26.03. 11:00** Gudstjeneste. Sokneprest Endre Fyllingsnes. Menighetens årsmøte.  
**Onsdag 29.03. 19:30** Aftensang med Senza Rigore.

## APRIL

**Palmesøndag 02.04. 11:00** Gudstjeneste. Sokneprest Andreas Vassal  
**Skjærtorsdag 06.04. 21:00** Fellesgudstjeneste i Glemmen kirke.  
**Langfredag 07.04. 11:00** Pasjonsgudstjeneste. Domprost Kåre Rune Hauge  
**Første påskedag 09.04. 11:00** Høytidsgudstjeneste. Domprost Kåre Rune Hauge  
**Andre påskedag 10.04. 11:00** Gudstjeneste m/kirkekaffe på + Huset Holmen. Sokneprest Endre Fyllingsnes  
**Søndag 16.04. 11:00** Gudstjeneste. Sokneprest Andreas Vassal  
**Søndag 23.04 11:00** Gudstjeneste. Domprost Kåre Rune Hauge  
**Tirsdag 26.04 19:00** Aftensang med Domkirkens jentekor  
**Søndag 30.04 11:00** Gudstjeneste. Sokneprest Endre Fyllingsnes

## MAI

**Søndag 07.05. 11:00** Gudstjeneste. Sokneprest Endre Fyllingsnes  
**Søndag 14.05. 11:00** Gudstjeneste. Sokneprest Andreas Vassal  
**Tirsdag 17.05. 10:30** Gudstjeneste på nasjonaldagen. Sokneprest Endre Fyllingsnes  
**Kristi Himmelfartsdag 18.05. 11:00** Gudstjeneste. Sokneprest Andreas Vassal  
**Søndag 21.05. 11:00** Gudstjeneste, felles med Metodistkirken. Pastor Ole Martin Andreassen, sokneprest Andreas Vassal  
**Søndag 28.05. 11:00** Høytidsgudstjeneste på pinsedag. Sokneprest Endre Fyllingsnes

## JUNI

**Søndag 04.06. 11:00** Skaperverkets dag. Friluftsgudstjeneste i parken ved Gamle Glemmen kirke.  
**Søndag 11.06. 11:00** Gudstjeneste. Sokneprest Andreas Vassal  
**Søndag 18.06. 11:00** Konfirmasjonsgudstjeneste med dagkonfirmantene. Domprost Kåre Rune Hauge  
**Søndag 25.06. 11:00** Gudstjeneste. Sokneprest Endre Fyllingsnes

## JULI

**Søndag 02.07. 11:00** Gudstjeneste. Sokneprest Endre Fyllingsnes  
**Søndag 09.07. 11:00** Gudstjeneste  
**Søndag 16.07. 11:00** Felleskirkelig friluftsgudstjeneste i bibliotekparken, i anledning Tall Ships Races i Fredrikstad.  
**Søndag 23.07. 11:00** Gudstjeneste  
**Søndag 30.07. 11:00** Gudstjeneste

Det kan bli endringer, følg med på menighetens hjemmeside [kirken.no/fredrikstad-domkirke](http://kirken.no/fredrikstad-domkirke) og annonser i lokalavisene.



*Benkeradene fyltes opp med 347 personer da 15 menigheter og trossamfunn i inviterte til felleskirkelig gudstjeneste 1. nyttårsdag. (Bilder: Erling Omvik)*

## – Flott å samles på tvers av kirker og trossamfunn

Siden millennium-skiftet har det vært tradisjon med felleskirkelig nyttårs-gudstjeneste i Domkirken. Baptistpastor Arild Brun Svendsen (bildet) har stått i bresjen siden 2009.

– Det gir meg utrolig mye at kristne samles på tvers av kirker og konvensjoner, sier han. Brun Svendsen gleder seg stort over å høre bedehussanger som «Å kjenner du det skønne Jesuavnet» runge i Domkirken, til orgelbrus og andre instrumenter. Han synes også det er fantastisk å se kristne fra ulike leire samles til forbønn i alterringen.

– Vi blir virkelig inspirert, sier pensjonisten som har sagt ja til å lede felleskomiteen minst ett år til.



*Domkantor Dan R. Dahl (foran) hadde som vanlig samlet dyktige musikere på galleriet. Fra venstre Thor Jensen (horn), Espen Christoffersen (trompet), Anders Lund (pauker) og Arne Børresen (trompet).*



*Frikirkepastor Per Eriksen holdt preken.*



*Renate Gjerløw Larsen sang, spilte og ble intervjuet om sitt forhold til Jesus.*



# GUDSTJENESTER I GLEMMEN KIRKE

## FEBRUAR

**Søndag 19.02. 11:00** Gudstjeneste. Sokneprest Hege Fagermoen  
**Torsdag 23.02.19:00** Hverdagsmesse med Kirkens Bymisjon. Daglig leder Per Christian Skauen. Torsdagskoret deltar.  
**Søndag 26.02. 11:00** Gudstjeneste. Kapellan Zakariassen. Torsdagskoret.

## MARS

**Torsdag 02.03. 19:00** Bibellesning. Morten Zakariassen og Stein Mydske  
**Søndag 05.03. 11:00** Gudstjeneste. Kapellan Morten Zakariassen  
**Torsdag 09.03. 19:00** Yogagudstjeneste. Øvind Sæther  
**Søndag 12.03. 11:00** Gudstjeneste. Sokneprest Hege Fagermoen  
**Torsdag 16.03. 19:00** Taizé kveldsmesse. Sokneprest Hege Fagermoen  
**Søndag 19.03. 11:00** Gudstjeneste. Sokneprest Hege Fagermoen  
**Torsdag 23.03. 19:00** Bibellesning. Morten Zakariassen og Stein Mydske  
**Lørdag 25.03. 10:30** G17 – Opplevelsesgudstjeneste. Etter gudstjenesten blir det Klipp og lim til påske i menighetssalen.  
**Søndag 26.03. 11:00** Gudstjeneste. Sokneprest Hege Fagermoen. Korene i Glemmen deltar. Menighetens årsmøte etter gudstjenesten.  
**Torsdag 30.03. 19:00** Hverdagsmesse med Kirkens Bymisjon. Daglig leder Per Christian Skauen. Torsdagskoret deltar.

## APRIL

**Palmesøndag 02.04. 11:00** Gudstjeneste. Kapellan Morten Zakariassen.  
**Skjærtorsdag 06.04. 11:30** Gudstjeneste på Glemmen sykehjem. Sokneprest Hege Fagermoen  
**Skjærtorsdag 06.04. kl 21:00** Felles gudstjeneste med Domkirken.  
**Langfredag 07.04. 19:00** Pasjonsaften. M. Zakariassen. Kor og solister.  
**Lørdag 08.04. 23:00** Påskennattgudstjeneste. Kapellan Morten Zakariassen, sokneprest Hege Fagermoen og domprost Kåre Rune Hauge  
**Første påskedag 09.04. 11:00** Høytidsgudstjeneste på påskedag. Kapellan Morten Zakariassen og sokneprest H. Fagermoen. Kor, blåsere og slagverk.  
**Torsdag 13.04. 19:00** Yogagudstjeneste. Øvind Sæther.  
**Søndag 16.04. 11:00** Gudstjeneste. Morten Zakariassen. Ungdomskoret.  
**Søndag 23.04. 11:00** Gudstjeneste. Kapellan Morten Zakariassen. Sang ved Randi Clausen Aarflot.  
**Torsdag 27.04. 19:00** Hverdagsmesse med Kirkens Bymisjon. Daglig leder Per Christian Skauen. Torsdagskoret deltar.  
**Søndag 30.04. 11:00** Gudstjeneste. Hege Fagermoen. Torsdagskoret.

## MAI

**Mandag 01.05. 11:00** Gudstjeneste 1.mai. Sokneprest Hege Fagermoen. Fredrikstad mannskor deltar.  
**Søndag 07.05. 11:00** Gudstjeneste. H. Fagermoen. Trosvik Blandede Kor.  
**Torsdag 11.05. 19:00** Bibellesning. Morten Zakariassen og Stein Mydske.  
**Søndag 14.05. 11:00** Gudstjeneste. Kapellan Morten Zakariassen.  
**Kr. himmelfartsdag torsdag 18.05. 11:00** Gudstjeneste. M. Zakariassen  
**Søndag 21.05. 11:00** Gudstjeneste. Kapellan Morten Zakariassen  
**Første pinsedag 28.05. 11:00** Høytidsgudstjeneste. Sokneprest Hege Fagermoen. Sang ved Renate G. Larsen.  
**Andre pinsedag 29.05. 10:00** Pilgrimsvandring fra Glemmen kirke til gudstjeneste i Gamle Glemmen kirke. Sokneprest Hege Fagermoen.

## JUNI

**Søndag 04.06. 11:00** Skaperverkets dag. Friluftsgudstjeneste i parken ved Gamle Glemmen kirke.  
**Søndag 11.06. 11:00** Blomstergudstjeneste. Sokneprest Hege Fagermoen. Korene i Glemmen deltar.  
**Søndag 18.06. 11:00** Gudstjeneste. Sokneprest Hege Fagermoen.  
**Søndag 25.06. 11:00** Gudstjeneste. Sokneprest Hege Fagermoen.

## JULI

Fellesgudstjenester med Gamle Glemmen menighet. Annenhver søndag i Glemmen og i Gamle Glemmen kirke.

Det kan bli endringer, følg med på menighetens hjemmeside [www.kirken.no/glemmen](http://www.kirken.no/glemmen) og annonser i lokalavisene.

# KONSERTER I BEGGE KIRKER

## FEBRUAR

**Lørdag 18.02 i Domkirken 13.00** Lunsjkoncert. Kristina Socanski, flygel  
**Søndag 19.02 i Domkirken 19.00** Bach i sentrum. Orgelkoncert med Guttorm Guleng  
**Lørdag 25.02 i Domkirken 13.00** Lunsjkoncert. Heidi Holm-Stømer, saksofon. Øyvind Stømer, slagverk

## MARS

**Lørdag 4. mars i Glemmen kirke 13.00** Konsert med Egil Hovland-akademiet og Kulturskolen.  
**Søndag 12.03 i Domkirken 19.00** The Nordic Organduo – konsert  
**Lørdag 18.03 i Glemmen kirke 18.00** Vinterjazz, Solveig Slettahjell med kvartett  
**Søndag 19.03. i Glemmen kirke 18.00** Konsert mot barnekreft v/ Team Rynkeby  
**Søndag 19.03 i Domkirken 19.00** Odysse: «En reise fra jordens indre og ut i universet.» Trond Kallevåg og Marcus Andre Berg.  
**Onsdag 22.03 i Domkirken 19.30** i Oslo kammerkor og solister framfører Stabat Mater av Håkon Nystedt.  
**Fredag 24.03 i Domkirken 11.30** Endelig FreDan. En halvtimes orgelkoncert ved domkantor Dan René Dahl.  
**Onsdag 29.03 i Domkirken 19:30** Aftensang med Senza Rigore.

## APRIL

**Fra mandag 03.04 til søndag 16.04 i Domkirken, Glemmen kirke og Østre Fredrikstad kirke**  
**Påskefest 2023. Se eget program som presenteres på sidene 10 og 11.**



**Lørdag 22.04 i Domkirken 13.00** Lunsjkoncert. Jazz-Vås  
**Onsdag 26.04 i Domkirken 19.00** Aftensang med Domkirkens jentekor  
**Fredag 28.04 i Domkirken 11.30** Endelig FreDan. En halvtimes orgelkoncert ved domkantor Dan René Dahl.

## MAI

**Lørdag 06.05 i Glemmen kirke 13.00** Konsert med Fredriksborg Drengekor, Danmark .  
**Søndag 14.05 i Domkirken 19.00** Vennskapskontakten Fredrikstad-Guatemala inviterer til konsert.  
**Fredag 26.05 i Domkirken 11.30** Endelig FreDan. En halvtimes orgelkoncert ved domkantor Dan René Dahl.  
**Onsdag 31.05 i Glemmen 18.00** Sommerkonsert med korene i Glemmen, Domkirkens jentekor og musikere.

## JUNI

**Fredag 02.06 i Domkirken 18.00** Norsk sangerforums Landssangertreff – åpningskonsert.  
**Lørdag 03.06 i Glemmen kirke 13.00** Sommerkonsert med Egil Hovland-akademiet  
**Onsdag 07.06 i Domkirken 18.00** Domkirkens jentekor, (i domkirke-kjelleren).  
**Onsdag 07.06 i Domkirken 19.00** Sommerkonsert med Senza Rigore med flere.  
**Lørdag 10.06 i Glemmen kirke 13.00** Orgelkoncert med Guttorm Guleng. Verker av Bach, Reger m.fl.

Følg med på hjemmesidene våre, [kirken.no/fredrikstad-domkirke](http://kirken.no/fredrikstad-domkirke) og [www.kirken.no/glemmen](http://www.kirken.no/glemmen) for mer detaljert og oppdatert informasjon.

# AKTIVITETER I SENTRUMS-MENIGHETENE

Disse aktivitetstilbudene er åpne for alle, uansett hvilken menighet man bor i. Hjertelig velkommen!

## Fredrikstad Kirkeakademi

Onsdag 15. mars kl. 19.00 på Kirketorget i Kirkens hus, Nygaardsgt. 28. «Grenseland: Fortellinger som bygger broer» - Et samarbeid mellom Fredrikstad kirkelige fellestråd og Dialogforum Østfold. Inngangspenger kr 100.

## Diakoni

- Jentegruppa møtes annenhver torsdag (ulike uker) kl. 18-20 i Kirkens hus, inngang mot hotellet. Kontakt: Anne Marthe Olaussen tlf. 918 56 355.
- Langbordet en tirsdag i måneden i skoleåret kl. 17-19 i Kirkestua, Gamle Glemmen kirke. Kontakt Anne Marthe Olaussen.
- Gå for å leve: Gågruppe hver mandag kl 18.30. Oppmøtested Stortorvet 9, utenfor Kaffebrønneriet. Kontakt: Janne Gundersen tlf 976 62 068



## Ungdom i sentrum

- Mandagspraten kl. 19-21 i Menighetssalen, Glemmen kirke. En lavterskel prat om tro, liv og hverdag. Nytt tema hver gang! Partallsuker i menighetssalen (like i skolens ferieuken).
- Lederoppgaver på konfirmantsamlinger. Ta kontakt med Morten Zakariassen
- 4-tolv - Ungdomsarbeidet som kaller seg selv 4-tolv (1. Tim 4,12) har flere små treff og du kan følge dem på instagramkontoen @4tolv for å holde deg oppdatert.

## Fredrikstad domkirke

### Onsdagsmiddag i kirkekjelleren

Enkel middag og hyggelig fellesskap, hver onsdag i skoleåret kl 16.00 – 17.00. Kr 40,- voksne og 20,- for barn.

### Morgensang

Kort liturgisk morgenbønn med Domkirkens ansatte, hver tirsdag kl 08.20.

### Middagsbønn

Kort liturgisk bønn med Domkirkens ansatte, hver torsdag kl 12.00. Velkommen til en kaffekopp fra kl 11.30.



### Åpen domkirke

Velkommen inn i kirken til lystenning, bønn og stillhet. Domkirken er åpen hver tirsdag, onsdag og torsdag kl 10.00 – 12.00, fredag 16.00 – 20.00 og søndag 12.00 – 17.00. (På høytidsdager og i skolens sommerferie er det avvikende åpningstider, se hjemmesiden for mer informasjon.)

### Endelig FreDan

Vi byr på en kopp rykende varm kaffe og en halvtimes gratis orgelkonsert ved domkantor Dan Rene Dahl. Fredager kl 11.30: 24. mars, 28. april og 26. mai.



### Hjertebønn

Stillhetssamling med meditasjon og nattverd, ledet av Freddy Fjellheim og Kristin Winlund. Hjertebønnens korte gudstjeneste innledes med en liten innføring i meditasjon, våkenhet og kontemplasjon. Vi lærer å lytte til kroppen, hverandre og Gud. Hver siste torsdag i måneden kl 12.00; 23.februar, 30.mars, 27.april, 25.mai og 15.juni.



### Kjellerkveld

Tirsdag 28. februar kl 19.00: «Kongen

forteller», ved Aftenposten-redaktør Harald Stanghelle (bildet). Musikk ved Dan Rene Dahl. Entre kr 100,-. Enkel bevertning. Følg med på hjemmeside og i avisene for program på de neste kjellerkveldene i vår.

## Glemmen kirke

### Kor for barn og ungdom

- Aspirantkoret (5 år – 1. klasse) onsdager kl. 16.30 – 17.00
- Barnekoret (2. – 5. klasse) onsdager kl. 17.15 – 18.15
- Ungdomskoret (fra 8. klasse) kl. 18.45 – 20.00

Kontakt korleder Randi Clausen Aarflot (tlf. 99 29 57 00, ranaar@fredrikstad.kirken.no) for å bli med.

### Barn og familier

- Leksehjelp for barn i 4.-6. klasse. Kl. 14-16 i menighetssalen.
- Menighets- og familiemiddag kl. 1600-1800 i menighetssalen. Påmelding innen tirsdag til Marthe mobil 930 24 344.
- Småbarnsang kl. 1700-1745 i Domkirken. Et tilbud til familier med barn i alder 2-5 år. Middag i domkirkekjelleren på forhånd.



- Babysang – drop-in torsdager fra kl. 10 i kirken. Sangstund fra kl. 1030, deretter felles lunsj.
- Oppdagerklubben for barn i 1.-3. klasse annenhver tirsdag kl. 1700-1830. Kontakt Liv Vrålstad: livvra@fredrikstad.kirken.no
- Fredagsklubben på Lyngmo kl. 18-20 – klubbkvelder hver fredag på Lyngmo for barn fra 5.-7. klasse. Siste samling er fredag 28.4.
- G17 – Opplevelsesgudstjeneste lørdag 25. mars kl. 1030 i kirken. Etter gudstjenesten blir det Klipp og lim til påske i menighetssalen.
- Tårnagenthelg lørdag og søndag 2.-5. mars. 3. og 4. klassinger inviteres til aktiviteter høyt og lavt i Glemmen kirke.
- Påskemysteriet. Lørdag 25. mars for barn i 4. klasse. En undringsvandring med påskeverksted, påskenetter og påskemåltid.



## Korsvandring

### Torsdagskvelder kl. 1900

- Bibellesning fra Romerbrevet. Innledning og samtale. Ta med bibel. Stein Mydske og Morten Zakariassen. Datoer: 2. mars, 23. mars, 4. mai og 11. mai.
- Yogagudstjeneste hver 2. torsdag i måneden ut april. Øivind Sæther og Trond Gilberg.
- Taizekveldsbønn hver 3. torsdag i måneden ut april. Hege Fagermoen
- Hverdagsmesse med nattverd i samarbeid med Kirkens bymisjon. Per Christian Skauen. Torsdagskoret synger. Datoer: 24. februar, 30. mars og 27. april.



### Torsdagskoret

Dette er et drop-in kor som er åpent for alle voksne. Vi møtes siste torsdag i måneden kl. 17.30, over en drøy time, og deltar på hverdagsmesse i samarbeid med Kirkens bymisjon kl. 19.00 og på gudstjenesten søndagen etter. Repertoaret er enkelt og variert. Søk opp «Torsdagskoret» på Facebook eller kontakt kantor Trond Gilberg (trogil@fredrikstad.kirken.no). Noter og øve filer gjøres tilgjengelig i god tid. Datoer våren 2023: 24. februar, 30. mars og 27. april.

## Eldre

### Seniorlunsj i menighetssalen

Hjertelig velkommen til seniorer som ønsker fellesskap og gode samtaler, sang og musikk og innspill!

Vårens datoer: 9. mars, 13. april, 11. mai og 6. juni. Lunsjen finner sted i menighetssalen kl 11 – 13.

Ved spørsmål kontakt diakoniarbeider Anne Marthe Olaussen på 918 56 355.

### Formiddagstreff på Lyngmo

En mandag i måneden samles vi på Lyngmo til felles hygge med litt program, god mat og utlodning: 6. mars kl. 1200 og 8. mai kl. 1800.

Den felleskirkelige korsvandringen gjennom Fredrikstads gater har blitt en fast tradisjon på langfredag. Vi bærer korset gjennom sentrum og stanser ved kjente steder og bygninger, hvor de ulike trossamfunnene leser bibelske tekster om Jesu liv og virke, sammen med bønn og salmesang. Byvandringen har korte etapper mellom stoppene, og ender til slutt ved Glemmen kirke. Det er et samarbeid mellom Fredrikstad Kristne Råd og Kirkens Bymisjon.



**ØKUMENISK  
KORSVANDRING**

LANGFREDAG 7. APRIL KL. 17.45

Vi starter ved St. Birgitta katolske kirke og avslutter ved Glemmen kirke

---

KIRKENS BYMISJON  Fredrikstad Kristne Råd

## Pilegrimsvandring til Gamle Glemmen

Mandag 29. mai feirer vi 2. pinsedag for hele storfamilien. Vi møtes kl. 10 i Glemmen kirke til en kort samling før vi tar turen gjennom Bratli-parken, forbi Stjernehallen og gjennom skogen fram til Gamle Glemmen kirke. Turen er ca. 4 km. På gode skogsveier. Underveis stanser vi et par steder for



å lese en bibeltekst og synge en salme, slik man gjør på pilegrimsvandring. Vel framme ved Gamle Glemmen middelalderkirke spiser vi medbrakt niste og drikke. Det blir leker for barn i alle aldre.

Målet for pilegrimsvandringene er at vi sammen kombinerer mosjon, naturopplevelser og ord til ettertanke. I Middelalderen var Nidarosdomen i Trondheim et mål for mange pilegrimer fra hele Skandinavia. Hjertelig velkommen!

## Skaperverkets dag ved Gamle Glemmen kirke



Søndag 4. juni klokken 11 samles menighetene i Den norske kirke til felles temagudstjeneste.

I flere år har Skaperverkets dag vært feiret i friluft i Gamlebyen, på Isegran ved Håpets katedral, men i år legges gudstjenesten til det vakre parkområdet rundt Gamle Glemmen kirke. Her er det god plass og vid utsikt; - ta med noe å sitte på og egen niste-kurv

med noe godt i. Det gir styrke å samles om et viktig tema - og det er hyggelig å bli kjent over soknegrensene. Blir det regn, står middelalderkirken klar.

Dagen før Verdens miljøvern dag 5. juni, planlegges en inspirerende gudstjeneste med takk og omtanke for skaperverket rundt oss. Velkommen alle!

# Margaretha - innflytteren som ble en ressurs i byens kirkeliv:

# – Når jeg hører

*For ni år siden flyttet Margaretha Simons fra England til Fredrikstad. En by hun aldri hadde satt sine ben i. Men pensjonisten med det klare blick og vennlige smil, fant seg raskt til rette. Ikke minst i menighetslivet hvor hun virkelig tar sin tårn. Fra å etablere pub-kvelder til å skrive «anmeldelser» av kirkekonsserter.*

*Tekst og foto: Jan H. Ihlebæk*



*Glemmen er Margaretha Simons menighet. Men hun frekventerer flere kirker når det er konsserter.*

– Jeg vil ikke kalle det anmeldelser. Men når jeg hører god musikk, får jeg skrivekløe. Lokalavisene bryr seg jo fint lite om det rike musikklivet i byens kirker, så da får jeg gjøre det, ler Margaretha Danbolt Simons.

Hun er født og oppvokst i Oslo. Etter videregående på Kristelig Gymnasium og pianoundervisning på Musikkonservatoriet, ble det et opphold som lærer i Salten i Nordland. Foreldrene oppfordret henne til å dra til England for å lære engelsk. Som sagt, så gjort. Det ble Cambridge.

– Jeg tok noen eksamener i engelsk språk og litteratur, og det ble med det. Men etterhvert fikk jeg jobb på Universitetet i Guildford sør for London. Der underviste jeg i norsk oversettelse på bachelor- og masternivå, og i norsk som fremmedspråk, forteller hun.

## **Oversatte Ibsen for BBC**

Hun fikk også et interessant oppdrag fra BBC Radio.

– De ville ha en ny oversettelse av Ibsens «Gjengangere», siden tidligere oversettelser var beskyttet av copyright. Sluttet måtte omarbeides tilpasset hørespill. Jeg fikk være med produsenten for å få frem at etter endeløst regn, får omsider den stakkars Osvald se solen. Stykket, med utrolig fine skuespillere, fikk topp kritikk.

Hennes lærebok i norsk for engelsktalende, «*Complete Norwegian*», er på markedet i Norge og mange land. – Den er jeg litt stolt av, sier hun.

I England traff hun også sin mann. Han var sivilingeniør og professor og de fikk fire barn. Senere ble de skilt. Hun var aktiv i Holy Trinity Church i Guildford. To av sønnene sang i guttekor.

– Å synge i engelske guttekor er ingen spøk. Det er strengt regime. Hver søndag måtte de synge til to gudstjenester. Med forskjellig program. Så det var nok å holde styr på, forteller hun

Det hendte at hun var bladlus og registrant for organisten. – Så jeg har hørt mye orgelmusikk og lest mye noter. Dessuten var jeg leder i menighetsrådets sosialkomite. Vervet bestod blant annet å kjøpe inn kassevis med vin til høsttakkefesten. Høsttakkefest uten vin, ville være utenkelig der, smiler Margaretha. Hun stortrivdes i Guildford. Det var kort vei til London, og hun dro ofte på konsserter i verdensmetropolen.

I voksen alder flyttet sønnen Nick til Fredrikstad. Da han spurte henne om hun ville flytte inn i en bestemorsleilighet hos ham, bestemte hun seg for å dra tilbake til Norge.

– Jeg kjente jo overhodet ikke denne byen. Ganske raskt begynte jeg å orientere meg i menighetsfloraen for å finne min menighet. Den Nordiske katolske kirken og Domkirken var blant alternativene. I Domkirken synes jeg folk forsvant så fort etter gudstjenesten. Jeg visste jo ikke at det var kirkecaffé i domkirkekjelleren og at folk hadde gått dit, ler Margaretha.

– Da Trond Gilberg ble ansatt som organist i Glemmen, og jeg ble kjent med han, så valgte jeg Glemmen. Trond og de andre i menigheten er så flinke. Musikklivet blomstrer.

## **Inviterer til pub-kvelder**

*– Men du er ikke bare passiv deltager?*

– Hvis noen ber meg om å gjøre noe, så gjør jeg det hvis jeg kan. Som tekstleser i gudstjenesten. Som leksehjelp for korbarne, for eksempel. Eller stå ved inngangen å ønske velkommen til gudstjeneste. Det er jo bare hyggelige oppgaver.

*– Så inviterer du til pub-kvelder?*

– Trond Gilberg og jeg fant på det. Er det noe jeg savner fra England, så er det jo pubene. Så må jeg raskt tilskynde at det slettes ikke må drikkes alkohol fordi man er på pub. Det



# god musikk, får jeg skrivekløe



*Organist i Glemmen, Trond Gilberg og Margaretha Simons er gode venner og inviterer til pub-besøk med jevne mellomrom.*

finnes alternativer. Vi samles på Havnelageret, og det er så hyggelig. Folk fra Domkirken har også deltatt. Vi trenger en slik utpost i menighetslivet, sier Margaretha.

Musikk betyr mye. Hun spiller piano for egen hyggeskyld. Men hun er storforbruker av det kirkemusikalske tilbudet i Fredrikstad.

– Det skjer jo så mye flott her. Som «Endelig FreDan», for eksempel. Dan René Dahl er jo en fremragende organist. Programmene han har i de halvtimes lange formiddagskonsertene er så gjennomtenkte. Jeg elsker det. Uformelt med kaffe og kjeks, men samtidig på høyt kunstnerisk nivå.

Margaretha er glad for at det holdes Evensong (aftensang) i Domkirken med jevne mellomrom. Og med forskjellige kor.

– Selv om de ikke er helt lik dem som jeg er vant til fra England, så er jeg så glad for dette tilbudet. Evensong er en gudstjenesteform som tiltaler meg. Stramme i formen og ikke så mange ord, men med liturgi og vakre bibelske salmer med musikk fra mange epoker, sier hun.

– Så rapporterer du om det på din Facebook-side?

– Ja, som sagt, så er det ingen andre som skriver. Jeg synes musikere og sangere fortjener en tilbakemelding. Men jeg vil jo ikke betrakte meg som noen profesjonell anmelder. Jeg ønsker bare å formidle det jeg har opplevd. Heldigvis er det mange som kommer med hyggelige tilbakemeldinger.

– Hvor viktig synes du musikken er i gudstjenesten?

– Helt avgjørende. Jeg får mye mer ut av gudstjenesten hvis det er lagt stor vekt på det musikalske. Og at salmer spilles godt med forskjellig registrering i

versene. For meg er gudstjenestens liturgi og musikk viktigere en prekenen, det må jeg si. Og prekenen, den må være kort, med ett poeng, messer Margaretha.

## Roser byens bussjåfører

Hun er så fornøyd med at hun havnet i Fredrikstad.

– Byen er stor nok til at det skjer noe. Det drives godt arbeid både i Glemmen og Domkirken menigheter. Det er så hyggelig at mange barn er med. Og de er virkelig flinke og beriker menighetslivet. Så opplever jeg byens befolkning som vennlige. Jeg har fått mange flotte venner.

Margaretha er medlem i Pensjonistakademiet i Fredrikstad. Akademiet arrangerer konsert- og kultur-turer. Det er en forening hun trives veldig godt i .

– Generelt vil jeg si det er lite klikk-vesen i denne byen. Det er et sunnhetstegn, sier hun.

– Bussjåførene er også så hyggelige. Av og til tar jeg buss mellom Labråten og sentrum. Og noen av dem kjører meg nesten helt til døra, selv om det formelt sett ikke er stoppested akkurat ved der jeg bor. Det er jo fantastisk!

– Men du har jo levd hele ditt voksne liv i England. Noe må du vel savne?

– Jeg savner jo den nære kontakten med de tre barna mine som bor der. Men jeg besøker dem jo av og til. Og om sommeren samles vi på hytta i Stavern. Det er alltid hyggelig.

**JØLSTAD**  
begravelsesbyrå  
Fredrikstad og omegn

Benjamin Nordling	Birgit Groth	Hans Kristian Helgesen	Thordis Snæland	Svein Åge Johansen	Heidi Lokke Sletner	Einar Nilsen

**Et lokaleid begravelsesbyrå**  
Farmannsgate 10

Vakttelefon 69 130 130 (24t)

# Gammelt smijern fra Domkirken blir påskelysestake i Glemmen



*Takket være Gunnar Haagenen kan Glemmen kirke innvie en ny påskelysestake. Gunnar har stått for design og er godt fornøyd med arbeidet som firmaet Fremtek på Øra har utført. Her er elementene sveiset, sandblåst og pulverlakkert. (Foto: Erling Omvik)*

*Lørdag 8. april klokken 23.00 skjer det noe som har historisk sus over seg i Glemmen kirke.*

*Tekst: Hege Fagermoen*

Ikke bare blir tid og evighet knyttet sammen på synlig vis, men også Glemmen kirke og Domkirken vil etter dette ha et eget bånd, en egen historie sammen som ikke har vært der før. Og du kan få være med på å oppleve at dette skjer. Da innvies nemlig påskelysestaken.

## «Far tok vare på elementene»

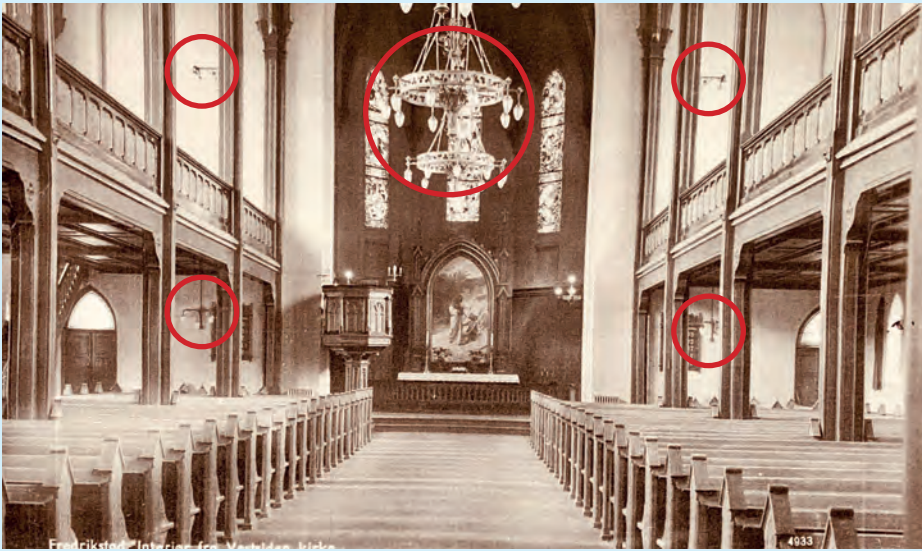
Her får du historien, først fra Gunnar Haagenen:

«I 1954 var tiden inne for å gi Vestre Fredrikstad kirke (fra 1969 bedre kjent som Domkirken) en fornyelse. Kirken var ny i 1880. I kirkens hovedskip hang en enorm lysekroner som man ønsket å erstatte med annen belysning. Det var også flere lampestativer som ble byttet ut.

Min far, Thorleif Haagenen, satt i menighetsrådet, og var også ansvarlig for alt det elektriske som skulle gjøres i forbindelse med restaureringen. Lysekronen ble tatt ned og demontert. Den bestod av mange flotte smijernselementer som far tok vare på hjemme, med tanke på at de kunne brukes til noe når restaureringen var ferdig. Kort etter ble far syk og døde, og smijernet dukket opp igjen for to år siden da vil skulle flytte fra mitt barndomshjem i Grønli allé, og kjeller og loft måtte ryddes.

Jeg sitter i gudstjenesteutvalget i Glemmen, og på et møte i fjor fremmet sokneprest Hege Fagermoen et ønske om å få på plass en påskelysestake i kirken. Der og da fikk jeg tanker om at det kanskje var mulig å lage noe av smijernet jeg ikke visste hva jeg skulle gjøre med. Jeg fremmet ideen, til stor





Ved restaureringen av Vestre Fredrikstad kirke i 1954 ble mye smijern fjernet. Både fra lysekronen i taket og lampeoppheng på veggene (merket med røde sirkler). Materialet herfra er nå forvandlet til påskelysestaken i Glemmen. Fredrikstad museum mener at dette fotografiet er tatt en gang mellom 1917 og 1935. Vestre Fredrikstad kirke – også kalt – Vestsiden kirke endret navn til Domkirken i 1969.



Bygningsjef Heine Langsholt hos Kirkevergen har gitt grønt lys for samarbeidsprosjektet mellom Domkirken og Glemmen menighet. (Foto: Erling Omvik)

begeistring for de andre tilstede. Tillatelse til å prøve å skape noe ble gitt, og jeg gjorde meg til designer av den lysestaken som nå er ferdig.

Firmaet Fremtek på Øra har sveiset elementene sammen, sandblåst og pulverlakkert, og delene er brukt som de var i den gamle lysekronen. Påskennatt skal påskelyset tennes i Glemmen kirke, og det gamle smijernet skal igjen bli vitne til menneskers vandring over kirkegulvet, i sorg og i glede.»

### Hvorfor påskelysestake?

Påskennatt 2022 føyde en ny gudstjeneste seg til gudstjenestefeiringen i Glemmen kirke: Påskennattsmessen, som helt fra oldkirken av har vært feiret den natten Jesus lå i graven og sto opp igjen som den første av alle oss som får følge etter.

Noen feirer den ved soloppgang, mange feirer den ved å gå inn i den mørkeste timen og være sammen når den nye dagen, 1. påskedag, tar til.

Gudstjenesten begynner i mørke. Ved inngangen tennes et nytt stort påskelys, som bæres inn i kirken under prosesjon og sang. Den ene lille flammen minner oss om Kristus, som er verdens lys, og som skinner selv i det dypeste mørke. Fra den ene lille flammen tennes lys som brer seg ut i hele kirken, fordi hver og en som har kommet har fått med sitt eget lille lys inn i kirken.

Det er en mektig opplevelse, i all sin enkelhet en fortelling i seg selv: Vi får vårt lys fra verdens lys. Slik kan lyset bre seg i verden.

Når prosesjonen kommer fram, settes lyset i en stave ved døpefonten.

Det hadde vi ikke i fjor, da måtte vi improvisere. Men det får vi nå!

### Påskennatt med dåp

Påskennattsmessen er den opprinnelige dåpsegudstjenesten i kirken vår, fra den første tid da både voksne, ungdom og barn ble døpt. Derfor blir udøpte konfirmanter nå tilbudt denne gudstjenesten som dåpsegudstjeneste, og alle andre unge eller voksne som ønsker dåp er også hjertelig velkommen til å bli døpt påskennatt. Det er en helt spesiell og vakker opplevelse!

Fra påskennatt og fram til Kristi himmelfartsdag blir påskelyset tent hver søndag. Det er den tiden som kalles for påsketiden i kirken. Gjennom resten av året tennes det ved dåp og begravelse.



Terje Fladeby



Jarle Olsen



Cathrine G. Jakobsen



Ulf Jakobsen



Jane Johnsen



Mads E. Johansen



Bjørnar Pettersen

## Lokalt begravelsesbyrå med mannskap og kontor i Fredrikstad

Kontortid i Veumveien 08:00-15:30, Vakttelefon 24T, Tlf. 69 31 30 62.



**FREDRIKSTAD  
BEGRAVELSESBYRÅ**  
KLEMET JOHANSEN etabl.1885



**BORGE  
BEGRAVELSESBYRÅ**  
ELLEN MARGARETH BYE

Veumveien 51,  
1613 Fredrikstad | Tlf. 69 31 30 62  
fredrikstadbeg.no

Roald Amundsensvei 61a,  
1654 Sellebakk, etter avtale.  
Tlf. 69 34 53 35

# – Når dere ser søppel, ta det med!

Kystredder Sten gløder for å rense bekker, elver og hav

*De siste månedene har det vært holdt store naturvern- og klimatoppmøter i Egypt og Canada, men hva skjer lokalt?*

*Tekst: Jon Albert Ihlebæk*

*Foto: Sten Helberg*

Menighetsbladet ønsket å få mer kjennskap til det og møtte Sten Helberg. Han arbeider mot marin forurensning og har blitt tildelt både «Gullklypa» og Østfold Prisen for sitt sterke engasjement.

Etter å ha havnet i en krevende helsemessig livssituasjon for noen år siden, hadde Sten Helberg behov for ettertanke. Han besluttet å engasjere seg i noe større enn bare sitt eget. «På sjøen» har han alltid vært, så det ble et gradvis større engasjement for å hjelpe til med å rense opp bekker, elver og hav.

Helberg er kjent for mange som ferdes langs kysten. Han arbeider i Miljøstiftelsen Elv og Hav A/S, som har 10-12 ansatte, både på hel- og deltid, samt frivillige. Stiftelsen har opprinnelse og adresse i Fredrikstad.

## «Vi kan raskt snu oss rundt»

*– Hva slags prosjekter går dere inn i?*

– I Fredrikstad og Hvaler supplerer vi Skjærgårds-tjenesten og kommunene. Vi er en stedlig organisasjon som har sprunget ut av Naturvernforbundet. Hensikten er å jobbe noe friere lokalt. Vi kan raskt å snu oss rundt når noe står på, sier han og fortsetter:

– Det viktigste er å være ute i daglig oppryddingsarbeid. Vi organiserer ryddeaksjoner, motiverer frivillige, engasjerer og bevisstgjør barn og unge, har en proff dykker som kan hente opp såkalte «spøkelses-teiner» som er blitt liggende igjen på havbunnen.

Et av arbeidsredskapene våre for å engasjere folk er opprettelsen av Kystlotteriet.



*– Vi fikk en del negative reaksjoner da vi for noen år siden pyntet juletreet i Gamlebyen med søppel fra havet, sier Sten Helberg og legger til at stiftelsen senere har inngått samarbeid med kirken i Gamlebyen om pynt av deres juletre utendørs.*

*– Hva er Kystlotteriet?*

– For å rydde kystlinja med både gammel som ny søppel pågår det et samarbeid mellom lokalbefolkning og det lokale og regionale næringsliv. Ulike sponsorer bidrar med premier.

Vel 80 norske kystkommuner er med i lotteriet. Folk deltar ved å få utlevert egne søppelsekker fra Kystlotteriet.

Mulige hente- og avleveringssteder for sekker finnes på hjemmesidene våre, forteller Heiberg.

Det er på stiftelsens egen hjemmeside at vi selv leser at det var Helberg som startet Kystlotteriet i 2016, i samarbeid med Naturvernforbundet.

*– Hvordan kan enkeltpersoner ellers best bidra?*

– Rett og slett ved å sørge for at søppel ikke havner i sjøen. Langt nede i «generasjonslagene» av søppel har vi for eksempel funnet en helt intakt Zalo-flaske fra 1959. Det sier noe om nedbrytningstida for plast i naturen.



Helberg blir direkte: – Når dere ser søppel, ta det med dere, også de små tingene. Når eksempelvis fugler får i seg q-tips, oppstår problemer med fordøyelsen. Vær oppmerksom på at søppel nær bekker, før eller senere havner i sjøen. Derfor rydder vi alltid i 15 meters bredde på hver side av en bekk. Vi sier også at havet begynner ved hvert gate-sluk.

### Stiftelsen håper at flere melder seg

– Hvem deltar på arbeidslagene deres?

For det første er det viktig at alle som ønsker å rydde skal få ta del i arbeidet. Til organisert – eller frivillig arbeid er det bare å melde seg: Gå inn på nettsidene våre og ta kontakt!

Det er to hovedgrupper som regelmessig er i arbeid langs strandkanten. Marin Omsorg med leder Are Grønsund samarbeider med Blå Kors og Kriminalomsorgen, slik at mennesker med interesse for miljøet, men som kanskje har en eller annen sosial utfordring, får mulighet til å aktivisere seg.

Den andre gruppa er Rydd Norge. Den ledes av Hanne Johannesen og er et nasjonalt ryddeprogram. Her er det svært mange profesjonelle strandryddere som deltar langs store deler av Norges kyst. De har som mål å rydde den ytre kysten fri for søppel innen utgangen av 2023.

Handelens Miljøfond står bak prosjektet. «Elv og Hav-stiftelsen» har fått oppdraget med å rydde fra Son til svenskegrensa.

– Vi må likevel hele tiden søke om penger til driften og arbeidet vårt. Mye av pengene hentes inn via «Plastposefondet», men også donasjoner har gitt oss to båter, sier Hellberg.

### «Jeg er optimist»

Havstrømmer og vind, sammen med avfall fra skipstrafikk fører dessverre hele tiden inn nye «påslag av herreløst materiale» i skjærgården og Ytre Hvaler nasjonalpark.

Stiftelsens arbeid blir lagt merke til når det flyter plastpellets rundt oss, det er oljeutslipp og parafinvoks på stredene, da er vi der, sier Helberg som også nevner innsatsen for å redde hekkesesongen for sjøfuglene i området.

Litt annen oppmerksomhet har stiftelsen opparbeidet bl. a. ved å være tilstede på julemarkedene i Gamlebyen og laget håndarbeids-verksteder for barn.

– Vi fikk derimot en del negative reaksjoner da vi for noen år siden pyntet juletreet i Gamlebyen med søppel fra havet. Det ble gjort for å vekke folk fra «kosen» om hvordan det sto til utenfor «stuedørene» våre, sier han.

Senere har stiftelsen inngått samarbeid med kirken i Gamlebyen om pynt av deres juletre utendørs, noe som andre menigheter også godt kan tenke på videre.

– Jeg er optimist, sier Helberg og legger til: – At vi som folk evnet å ri korona-pandemien av, viser at vi kan hvis vi vil og må - ikke sant?»

# Fastetiden – på sporet av gleden

Store anledninger, som bryllup, jubileer og generalforsamlinger, har gjerne en viktig forberedende periode i forkant. Påsken er en av kirkens aller viktigste høytider. Førti-dagers perioden fra «Askeonsdag», i år onsdag 22. februar, og til lørdag før påskedag blir kalt fastetid i kirken. Søndagene er ikke regnet med siden de ukentlig skal minne oss om Jesu oppstandelse.

Den som vil forberede seg inn mot påskens hendelser kan følge Bibelselskapets lille hefte med bibelleseplan, dagens ord på nettet, eller bruke andaktsbøker som leder oss fram mot påske.

Helt siden studietida, har jeg flere år brukt biskop Per Løn-



nings «Vandring igjennom fasten» som meditasjonsbok. Fastetiden hjelper oss med å dykke ned i mye av det som skjer i menneskers sinn inn mot den turbulente påskeavslutningen i Jerusalem. Datidens og nåtidens mennesker har forbausende mange likhetstrekk.

Så inntrykksfull er likevel denne perioden at vi dypest sett kan kalle den: «På-

sporet av gleden.» Det er en rekke bøker som kan hjelpe oss med denne vandringen. For å skjerpe egen deltakelse i fastetiden har jeg litt erfaring med å gi avkall på noe som til vanlig kan bety en del for meg, og slik prøve ut om ting eller forhold er «herre over meg eller motsatt». Det skjerper blikket innover.

En av bibel-tekstene som innleder fastetiden oppfordrer oss også til å se utover i engasjement for livet rundt oss, og det heter: «... sett deres iver inn på å la troen føyes sammen med et liv med innsikt, innsikt med selvbeherskelse, selvbeherskelse med utholdenhet, utholdenhet med gudsfrykt, gudsfrykt med søskenkjærlighet og søskenkjærlighet med kjærlighet til alle, jfr 2 Pet 1,5ff.

I dette menighetsbladet har vi lagt fram noen tanker om omsorg for skaperverket. Troen på Gud og vår omsorg for hele skaperverket kan også formes av tanker og gjøremål i fastetiden.

Jon Albert Ihlebæk

# SLEKTERS GANG

## Døpte

25.09.2022 Iben Koonings,  
Gressvik kirke  
02.10.2022 Lotte Støles Randen,  
Håpets katedral, Isegran  
09.10.2022 Axel Kagnes Matray,  
Strømmen kirke  
30.10.2022 Louise Appeltgren Sundbye  
06.11.2022 Erle Fosdahl Wium  
13.11.2022 Olav Hagen Haugeli  
13.11.2022 Livia Gangfløt Pereira  
13.11.2022 Aksel Bang-Østli, Glemmen kirke  
20.11.2022 Leya Iren Berger Björk  
20.11.2022 Nora Nielsen  
04.12.2022 Emrik Alba

## Vielser

01.10.2022 Per Holger Andersen og Barbro  
Catharina Flodin  
17.09.2022 Telise Heksem og Mats Seljebø  
17.09.2022 Ellen Charlotte Tømte-Hansen og  
Mads Andreas Hansen

## Døde

19.08.2022 Anne Sofie Isaksen  
21.08.2022 Anton Kåre Haugland  
24.08.2022 Harry Haraldsen  
25.08.2022 Carin Margaretha Roaldsnes  
08.09.2022 Eva Mary Skauen  
07.09.2022 Gerda Marie Skarpaas  
09.09.2022 Knut Hott  
12.09.2022 Lise Margrethe Larsen  
15.09.2022 Paul Wiktor Dahlgren  
19.09.2022 Else Johanne Haugland  
23.09.2022 Vidar Hansen Nordgård  
26.09.2022 Ernst Gunnar Hansen  
29.09.2022 Bjørn Tore Schelderup  
03.10.2022 Eva May Bolstad  
13.10.2022 Martin Severin Karlsen  
12.10.2022 Elisabet Bjørling Jensen  
10.10.2022 Arild Bjørge Hansen  
13.10.2022 Marit Pettersen  
18.10.2022 Berit Martinsen  
13.10.2022 Lasse Thøger Karlsen  
20.10.2022 Henrik Lie  
16.10.2022 Helga Skyrud  
24.10.2022 Trond Øistein Olsen  
25.10.2022 Inger Steinnes  
25.10.2022 Otto Ørn Ruud

29.10.2022 Rolf Andreas Olsen  
31.10.2022 Jorunn Arnesen  
28.10.2022 Inger Elisabet Ulfeng  
29.10.2022 Else Lisbeth Lindahl  
13.11.2022 Jan Rubinstein  
21.11.2022 Aase Lillian Johannessen  
22.11.2022 Else Marie Jordheim  
26.11.2022 Bjørg Helene Johannessen  
27.11.2022 Solveig Irene Isaksen  
05.12.2022 Kåre Bjørn Øvertveit  
10.12.2022 Bjørg Lunde  
28.11.2022 Øivind Magne Skansgård  
22.12.2022 Bjørn Roger Hansen  
24.12.2022 Pål Andresen  
30.12.2022 Rolf Juul Olsen  
30.12.2022 Bjørn Willy Magnussen  
04.01.2023 Arne Willy Larsen  
03.01.2023 Arne Willy Polsrød  
06.01.2023 Rolf Andreas Ruud  
11.01.2023 May Lillian Johansen  
12.01.2023 Kim Aarum  
15.01.2023 Sverre Bringsrud  
19.01.2023 Bjørn Hauge  
18.01.2023 Bjørg Olsen  
17.01.2023 Thorbjørn Gudevold  
24.01.2023 Harald Jørgen Larsen

## TUNE BYGGSERVICE



Kontakt oss for et  
utformelt pristilbud!

Tlf: 908 53 907

www.tune-byggservice.no - fagkunnskap gir trygghet

nybygg  
restaurering  
kjøkken  
bad og våtrom  
påbygg  
takomlegging

*Bertil O. Steen*

## RÅBEKKEN

Dikeveien 1 – Telefon 69 36 39 00



# TORVBYEN

Gleder & Overraskelser

## Hans Kjøstelsen Farvehandel a.s

Maling - Tapet - Gulvbelegg - Tepper

Telefon 69 36 74 50



Råbekksvingen 2, 1617 Fredrikstad  
Tlf. 40 00 23 09



# Setter du pris på menighets- bladet?

VIPPS din gave til  
12631

Domkirken menighet  
konto 1503 73 90795

## Gravstener

skulpturer og andre produkter i sten

Lokalprodusert, gjerne hugget etter  
deres ønske

Besøk vår innendørs utstilling eller  
ring oss, så sender vi katalog.

Hjemmeside: [www.johansenmonument.no](http://www.johansenmonument.no)

**JM** JOHANSEN  
MONUMENTHUGGERI AS

Skjebergv. 206, 1743 Klavestadhaugen. Tlf. 69 16 36 33



**INSTALLATØREN  
GRUPPEN®**

[www.installatoren.as](http://www.installatoren.as) - tlf. 4000 21 22

## Telefonnummer og adresser til oss i Domkirken menighet

### KIRKETORGET - felles telefonr. 69 95 98 00

Her kan du melde dåp, vigsel og begravelse. Du får svar på henvendelser, uansett menighet, og settes videre. Sentralbordet er betjent fra kl. 9 til 15.

Kirketorget er åpent mandag-fredag fra kl. 10 til 14.

### DOMKIRKENS MENIGHETSKONTOR

Besøksadresse Nygaardsgaten 28, 3. etasje.

Postadresse Postboks 1405, 1602 Fredrikstad

E-post: [domkirken-menig@fredrikstad.kirken.no](mailto:domkirken-menig@fredrikstad.kirken.no)



Daglig leder  
Jo Edvardsen  
930 87 017



Sokneprest  
Andre Fyllingsnes  
920 46 413



Sokneprest  
Andreas Vassal  
994 03 671



Domkantor  
Dan René Dahl  
996 92 800



Domkantor  
Tore Erik Mohn  
900 96 618



Domprost  
Kåre Rune Hauge  
901 77 758



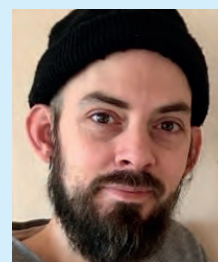
Soknediakon  
Ann Christin Arneberg  
Nicolaysen  
414 76 823



Menighetspedagog  
Liv Skovdahl  
950 16 007



Kirketjener  
Trond Olav Hansen  
971 24 545



Ungdomsdiakon  
Ørjan Frøvik  
905 96 543



Studentprest  
Ellen Langlete  
926 59 809

### Vestre Fredrikstad Gravlund:

41 55 76 21

Menighetsrådets  
leder:

Kristin Fauske  
Wenstøb  
Tlf. 971 76 227

Denne utgaven er  
laget i samarbeid  
med Glemmen  
menighet.

### Redaksjonskomité:

Erling Omvik (redaktør), Jon Albert  
Ihlebak, Jo Edvardsen, Olaug Storaas og  
Jan H. Ihlebæk.



## FØLG OPPDATERINGER OM DOMKIRKEN I SOSIALE MEDIER

**Hjemmesider:** kirken.no/fredrikstad-domkirke / **Facebook-sider:** fredrikstad domkirke

**E-post:** domkirken-menig@fredrikstad.kirken.no / **Instagram:** domkirkenfredrikstad

Ønsker du å gi en gave til Menighetsbladet? Domkirkens konto: 1503 73 90795

# Sommertokt for «signalbygget»?

«Byen med de vakre kirkene», har Fredrikstad også blitt kalt. Nå nærmer Håpets katedral seg fullførelse og går inn i denne rekka, som nytt «signalbygg på elva».

*Tekst og foto:*

*Jon Albert Ihlebæk*

Sammen med turister finner folk på båt- eller spaserturer stadig veien inn i det unike og åpne fartøyvern-miljøet på Isegran. Mange gleder seg over stedet.

Kunstnerisk og visjonær leder Solveig Egeland forteller at også arkitekter bejubler byggverket, som er inspirert av gammel kunnskap fra stavkirkene og reist på en 120 kvm tradisjonell pram av røtter og treverk. Taket er et storslagent plastmaleri, laget av plast plukket opp fra strendene våre.

Til sammen er det lagt ned over 12 000 dugnadstimer. Utover våren vil frivillige igjen møte opp, for det skal bygges ny brygge og gangvei til katedralen. Rundt katedralen skal området transformeres til en håpsplass. Mens dette arbeidet pågår - er katedralen også booket for flere kirkelige handlinger. Hele tiden skjer det noe.



*Styret arbeider for at Håpets katedral denne sommeren legger ut på sitt første «inspirasjons-tokt».*



*Solveig Egeland sier med alvor at det trengs forbedret økonomi for å kunne videreføre håpsprosjektet.*

Katedralen lever dessuten i dialog med andre livssyn. I januar var buddhistmunker fra klosteret på Frogner på besøk og feiret buddhistisk nyttår. Tretti hindu-ungdommer fra Oslo besøkte også stedet nylig for å la seg inspirere.

Håpets katedral skal ikke bare skal være en turistattraksjon og ligge der til inspirasjon for å bygge håp i kjærlighet til skaperverket, men den skal tas «på slep» og inspirere «rundt om». Derfor arbeider styret for katedralen sammen med ansatte og frivillige for at håpskatedralen denne sommeren legger ut på sitt første

«inspirasjons-tokt». Håpets katedral har levd med økonomisk trange år under en tid, og det betyr at det blir krevende å få visjons-programmet videre.

Solveig Egeland sier med alvor at det trengs forbedret økonomi for å kunne videreføre håpsprosjektet. – Det søkes «alle veier» om friske midler. Mange av de store aktørene som ga tilskudd under oppstarten av prosjektet - er ikke inne i bildet som tidligere. Blant annet er det sendt ut søknader til alle landets menigheter om takkoffer, og vi håper å få flere medlemmer i venneforeningen, sier Egeland.



Martin



Heidi



Roy



Inger-Lise



Toril

**Plutselig er stolen tom...**

Vi som er igjen lærer oss å leve med minnene, men først kan det være godt å ta farvel.

Telefon 69354020 • Alltid tilgjengelig • Østfold • [fonus.no](http://fonus.no)

**FONUS**  
BEGRAVELSESBYRÅ

**FONUS**  
BEGRAVELSESBYRÅ