

Menighetsbladet

SKI OG KRÅKSTAD

nr. 2 • 2025



Denne spreke, humørfylte gjengen har holdt orden på kjøkkenet i Ski nye kirke: Fra venstre Tove Kjeldsrup (som er fast ansatt) Jutta Nygård, Torill Finholt, Reidun Bernhardsen og Brit Holte.

UTEN FRIVILLIGE, INGEN KIRKE

Over 200 har ulike frivillige verv i menighetene i Ski og Kråkstad. Fast ansatte er helt nødvendig, men uten frivillige ville vi ikke hatt noen kirke.

I denne utgaven av menighetsbladet skriver vi om frivilligheten og hvor viktig den er for lokalkirken i Ski og Kråkstad. • Se sidene 4,5 og 6



Hans Erik Matre
redaktør

Hverdagskirken

NÅR DEN norske kirke dukker opp i nyhetsbildet, kan man få inntrykk av at den er et synkende skip. Inntrykket er at de fleste piler peker nedover. Medlemstallet synker og utmeldingene øker.

MEN BILDET er mer sammensatt. Norge er blitt et multikulturelt samfunn, og mangfoldet slår inn i statistikken. Og årets kirkestatistikk har noen overraskelser: Det er flere innmeldinger og færre utmeldinger blant norske ungdommer – og oppslutningen om kirkelig aktivitet utenom søndagen viser kraftig vekst. Hverdagskirken står stadig sterkere!

DE FLESTE forbinder kirken med gudstjenester søndag formiddag, og her i Ski er oppslutningen om høymessen ganske god. Over 10.000 årlig besøkende i Ski kirke, med et snitt på ca. 100, viser at myten om de tomme kirkebenkene er ganske overdrevet – i hvert fall i Ski.

NÅR DET gjelder oppslutningen om hverdagskirken, er dette en tendens som har vært tydelig etter pandemien. Når ca. 46.000 deltar på babysang og småbarnsang i Norge, tyder det på at kirken har et tilbud som er populært. Unge foreldre synes kirkerommet er et spennende sted å ta med barna de første leveårene. Oppslutningen om babysang har økt med 73 prosent etter 2019, så dette er ikke bare en økning som kan forklares med pandemien.

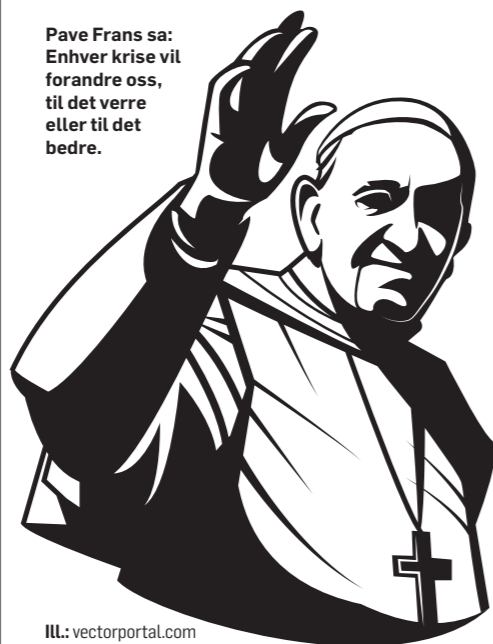
I DENNE utgaven av menighetsbladet beskriver vi noe av det frivilligheten bidrar med i Ski og Kråkstad: Formiddagstreff, strikkestrekk, ungdomskafe, supertirsdag med middag for alle generasjoner, konserter og babysang. For å nevne noe. Ca. 200 er registrert som frivillige i Ski menighet. Hverdagskirken er levende!

Enhver krise vil forandre oss

Nå er verden mørk. Jeg har hørt mange si at de ikke lenger orker å lese nyheter. Det som møter dem der, det som skjer i den verden vi er en del av, blir for vanskelig å ta innover seg. Jeg kjenner det selv også, hvordan uroen kan ta over. Vi ser krig, ødeleggelse, mennesker som lider, et demokrati som trues. Jeg kjenner på en dyp bekymring og uro, og jeg vet at jeg ikke er alene.

Lys og mørke stilles ofte opp mot hverandre. I verden, i troen, i hverdagen. Bård Vegard Solhjell var blant dem som besøkte fastesamlingen Ski i april, og han

Pave Frans sa:
Enhver krise vil forandre oss, til det verre eller til det bedre.



ILL.: vectorportal.com



Sarah Olsson Haugstad
sokneprest i Ski og Kråkstad

løftet fram håpet. Det er grunn til å håpe, og i det mørke er det grunn til å løfte fram lyset.

Flere minner oss om akkurat dette. I sin kjente sang Anthem, synger Leonard Cohen: «There is a crack in everything, that's where the light

gets in». Og pave Frans sa: «Enhver krise vil forandre oss. Den kan forandre oss til det verre, eller krisen kan forandre oss til det bedre. Så er det opp til oss å velge».

Jeg har sett det mange ganger, håpet kommer til syne i det håpløse. Det er jo håp i at vi kjenner dypt inni oss at noe er galt. Det er håp i at vi kjenner på urettferdighet på vegne av andre mennesker, at vi kjenner på redsel, uro og usikkerhet. Det er håp i at folk demonstrerer, snakker, skriver og handler. Vi kjenner at vi reagerer. Det er håp i det!

Verden er mørk, men samtidig er den også lys. Nå går det mot lysere tider, og dagene er lengre. Blomster, dyr og hele naturen vekkes til liv fra vintersøvn. La oss håpe, handle og tro at også verden går mot lysere tider. Der vi sammen kan leve i fred, med en felles interesse om å ta vare på hverandre og alt det skapte.

Nyoppussede selskapslokaler til leie i Rådhusvingen 1

- Ski menighetshus har gode, nyoppussede lokaler for ulike arrangementer.
- Middagsservise til 50 og kaffeservise til 70 personer.

👉 Kontaktperson: Solvor Larsen 📞 mobil: 970 99 104 📧 e-post: leie.menighetshus@gmail.com

Hva er Kirkens rolle i krisetider?

Verdenssituasjonen er svært krevende og beredskap er på dagsordenen. Men hva gjør Den norske kirke når kriser rammer?

Regjeringen la nylig fram Totalberedskapsmeldingen for Stortinget, og denne skal behandles i mai.

Kirkeverge Øysten Paulsen og prost Espen Andreas Hasle forteller i dette intervjuet hvordan det jobbes med beredskap i Nordre Follo.

- Vi er ikke upåvirket av verden rundt oss, og kirken har dette på dagsordenen. Her i Nordre Follo fikk vi i høst på plass et lokalt avtaleverk for hvordan kriser og katastrofer skal håndteres i kirken, sier prost Hasle.

Oppgavefordeling. Øysten Paulsen sier at det viktigste prinsippet er at vi skal gjøre det vi pleier.

- Jeg har det overordnede ansvaret i krise, på samme måte som i daglig drift, og leder sammen med prost, som i en krise har hovedansvaret for å håndtere ekstern kommunikasjon og informere utad. Vi har definert rutiner og huskelister for hvem som skal informeres, og rekkefølge på prioriteringer.

Hasle sier at det er brukt mye tid med de ansatte om dette temaet.

- I høst hadde vi en fagdag om beredskap, med både teoriundervisning og praktiske øvelser. Vi kan nok aldri si at vi er helt forberedt og klare hvis noe



Kirkeverge Øysten Paulsen (t.v.) og prost Espen Andreas Hasle forteller om beredskapsplaner og Den norske kirkes rolle i krisetider.

skulle inntreffe, men en del stier har vi gått opp, som forhåpentligvis gjør oss bedre forberedt.

Kirkens rolle. - Har kirken noen rolle når kriser rammer andre deler av samfunnet?

- Helt klart, Den norske kirke stiller alltid opp når små og store kriser rammer - med diakoner, kateketer, kantorer og prester, som alle bidrar i kriseberedskapen i lokalsamfunnet. Vi åpner kirkene

for omsorg og stillhet når det trengs. Det vi har oppdaget, er at dette ikke er formalisert gjennom avtaler, sier Paulsen, og legger til:

- Siden 2017 er Den norske kirke et selvstendig trossamfunn og folkekirke for hele landet. Derfor har vi startet en prosess med Nordre Follo kommune for å inngå en formell avtale om samarbeid i krise og beredskap. Dette arbeidet er i gang og vil etter planen bli sluttført i løpet av året. Her er vi tidlig ute, og vi merker at det er stor interesse regionalt og nasjonalt for det vi nå gjør her i Nordre Follo.

Dødsbudskap. Hasle sier at mye allerede er på plass:

- Vi deltar med diakon og prest i kommunens kriseteam. I tillegg har Den norske kirke - på vegne av samfunnet - tatt på seg et krevende, men viktig oppdrag knyttet til varsling ved dødsfall. Det innebærer at vi som prester varsler pårørende på vegne av politiet ved uventede dødsfall. Det er en krevende oppgave, men prester har kompetanse og erfaring som blir verdsett i slike situasjoner. Vi gjør dette på vegne av hele samfunnet, uavhengig av medlemskap i trossamfunn. Der det er ønske om videre kontakt for sjelesorg eller annen oppfølging setter vakthavende prest de pårørende i kontakt med den lokale prestedtjenesten, eller hjelper dem å komme i kontakt med støttefunksjoner i andre trossamfunn hvis det er en annen tilhørighet, sier Hasle.

tekst Hans Erik Matre

bilder Lene Beate Nordengen



Ære være alle som tar i et tak ... og pssst, det er plass til flere!

Frivillig innsats får samfunnet til å gå rundt. Idrett, kultur og kirkeliv er helt avhengig av frivillige. I Ski menighet er ca. 200 registrert som frivillige. Men det er plass til flere – og det er behov for flere.

Det er behov for frivillige som vil gjøre en innsats - i diakoniarbeid, barne- og ungdomsarbeid, og på de ulike arrangementene i kirken. Det er god plass til alle som vil være med å skape liv og bygge lokalsamfunn. Frivillighet handler om å høre

til og bidra inn i en større sammenheng.

Den frivillige arbeids-innsatsen i Norge tilsvarer 142 000 årsverk, og 61 prosent av befolkningen over 15 år har gjort frivillig arbeid i løpet av det siste året ifølge Frivillighetsbarometeret 2024.

Skal folk gjøre noe sammen, trengs det noen til å organisere, legge til rette og gjøre en innsats. Og denne innsatsen utløser så mye mer: kulturopplevelser, nye bekjentskap og en bedre hverdag. Slik kommer frivillig innsats godt med. Den bygger lokalsamfunn og fellesskap. Den trengs i byen og bygda. Mange nyter godt av den, og veldig ofte gir den mye tilbake til den frivillige selv.

Over tid har frivilligheten i samfunnet utviklet seg i retning av heller kortere innsatser enn de lange forpliktende vervene. Mange kan gjerne bidra én eller to ganger, men kvier seg for å forplikte seg til innsats over flere år. I Ski og Kråkstad menigheter trenger vi begge deler, og noen av våre frivillige har vært med i over 20 år.

Hva slags frivillig? Frivillige bidrar med å gjøre en oppgave. Men oppgavene kan være veldig forskjellige. Små og store, ofte eller veldig sjelden. Frivillighet er så mangt. Blant frivillige er ildsjelene de mest engasjerte. De bidrar ofte, på ulike måter og i mange sammenhenger. Når mange

aktiviteter og organisasjon går rundt, er det takket være ildsjelene.

Men frivillige flest er ikke ildsjeler. De fleste bidrar helst med avgrensede oppgaver. Det kan være å gjøre en innsats på et arrangement, for eksempel med rydding, kjøring eller baking. I Ski menighet kan det være konfirmantkveld i kirken, innsamling til fasteaksjonen for Kirkens Nødhjelp eller skyss for dem som trenger det til gudstjenesten en søndag morgen.

Slik går du fram. Mange tenker at frivillige er ekstra motivert eller spesielt engasjert. Men ofte er frivillige helt vanlige folk som enten har meldt seg til å bidra for

at deres egne barn, de selv eller andre skal ha det bra - eller de er blitt spurt av noen om de kan tenke seg å hjelpe til.

Den som har lyst til å bidra, kan melde seg selv. Kanskje har man en særlig interesse for noe, en kompetanse som kan brukes eller en hjertesak. Der motivasjonen er størst, kan være et godt sted å begynne. Barnas aktiviteter er gjerne en mulighet for å bli involvert. Og hvis en selv ser et behov eller kunne trenge sosial møteplass, så gjelder det ganske ofte også andre. Da kan man melde seg. I kirken er det naturlig å melde seg til en av de ansatte, om en har lyst til å bli med gruppa av menighetens frivillige.

Der det er nødvendig, kan kirkens ansatte koble folk sammen og koordinere ulike initiativ. Det er også mulig å registrere seg på menighetenes nettsider.

Men det motsatte skjer også: Ansatte og andre frivillige ser et behov og utfordrer andre til å gjøre en innsats. Da er ikke veien fram til en frivillig oppgave lenger enn å rekke opp ei hand og stille opp. En oppgave krever en innsats, men trenger ikke å være en byrde. Ofte er det både glede og gevinster ved å ta utfordringen.

tekst Lene Beate Nordengen og Kjetil Fretheim

• Lene er kateket i Kråkstad og Ski menighet. Mer om frivillig innsats neste side →
• Kjetil er professor i diakoni og etikk.

Hva har vi behov for?

- Kjøkkentjeneste ved gudstjeneste, babysang eller andre arrangementer på ettermiddag og kveld.
- Sjøfør/kirkeskys for dem som ønsker å komme til kirken, men som har behov for transport.
- Utvalgsarbeid for klima og miljø, diakoni, arbeid for barn og unge.
- Lyd og bilde i kirken under gudstjenester og andre arrangementer.
- Vertskap for åpen kirke i Ski middelalderkirke på lørdager.
- Gåtur med menighetsbladet fire ganger i året.
- Besøktjeneste. Besøke mennesker hjemme for prat og samvær.

– Frivillighet bunner i omsorg



– Det er større behov for frivillige enn noen gang, sier **Kristine Røse**. Hun har ledet barnekoret Yngel, hun er i komiteen for familiegudstjenestene og menighetsråds-medlem i Ski. Kirkevert er hun også. – Det er grenser for hva en menighet kan mobilisere av ressurser til å lønne medarbeidere. Vi trenger både lønnete og frivillige. Det viktigste er at de samarbeider tett og godt, mener Kristine.



Sissel Foss har vært engasjert i Diakoniutvalget og formiddagstreffene, samt Tro og Lys, et tilbud til ungdom med ulike former for utviklingshemming. – Alt frivillig arbeid bunner i omsorg. Dette er ikke minst viktig i vår tid, mener Sissel. Hun registrerer at det f.eks. har vært vanskelig å skaffe nok kirkeverter til Ski middelalderkirke. Kan det hende vi står overfor et generasjonsskifte?



Harald Saxegaard har vært engasjert i Kirkens barnetime (søndagsskole) og ulike roller i Kråkstad. – Tidsklemma gjør seg gjeldende også i kirken, men folk lar seg engasjere hvis man går riktig og klokkelig fram, sier han. – Det er viktig å legge stor vekt på å finne de riktige personene til de riktige oppgavene. Det krever god kartlegging av hvilke ressurser vi har til rådighet.

10 fakta om frivillighet

1. Ubetalt innsats

Du er med og gir av deg selv og din tid til glede for deg selv og for andre

2. Oppgaver som må gjøres

Oppgavene er mange og varierte. Det kan være å ønske velkommen til gudstjeneste, kjøkkentjeneste eller styre lyd og bilde i kirken

3. Ofte eller en gang iblant

Mange har fulle kalendere fra før og vil allikevel bidra når de kan. Det er gode muligheter for å være med en gang eller mange.

4. Enkelt eller utfordrende

Noe som er lett for deg, er kanskje utfordrende for andre. Du velger selv hvilken oppgave du vil ha og som kan passe deg.

5. Avgrenset eller omfattende

Vil du være med en gang eller kanskje gjennom et helt år?

6. Samarbeid og samhandling

De aller fleste av oss fungerer best sammen med andre. Det er godt å jobbe sammen mot felles mål.

7. Til beste for andre

For at vi skal kunne skape gode møteplasser der alle blir sett, trenger vi også deg som ser andre.

8. Bra for byen og bygda

Kirken samler mange mennesker til ulike tidspunkter i løpet av uka. Og der trenger vi gode og trygge voksne.

9. Godt for den frivillige

Det er sosialt å være med som frivillig. Du vil møte andre som også er frivillig.

10. Nødvendig og meningsfullt

Du kan være med og gjøre en innsats for andre. Din innsats betyr mye i den store sammenhengen.

Ski før og nå

Denne serien handler om utviklingen i Ski opp gjennom årene. Tidligere har vi skrevet om Refsumgården i Jernbanevegen 4; «Condisen» i Torvgården; Framhagen; Samfunnsbygningen; Ski Mek. Verksted; Menighetshuset; Pinsekirken Salen;

sprennstoffabrikken på Drømtorp; Bankplassen/Vinklgården; de første husene i Nordbyveien og historien om Ski stasjon. Deretter handlet det om Ski sykehus; Vanaheim; Magasinparken og i forrige utgave skrev vi om Mallagården, som har mange navn.



Etter oppstarten av møbelforretningen i 1964 var det stadig utvidelser i Åsveien 3.



I 1990 flyttet Skeidar til det som er dagens møbelbutikk i Norbyvegen. foto Hans Erik Matre



Da ekteparet Andresen startet møbelbutikk i Åsveien 3, utvidet de hjemmet til butikk. fotograf ukjent

Aktivitetskalender for Ski og Kråkstad

Målet med alle aktivitetene i Ski og Kråkstad menigheter er å utvikle tilhørighet og tro gjennom relasjoner mellom mennesker og Gud. Kirkas visjon er **Mer himmel på jord**.

Aktiviteter i Ski nye kirke 2025

Oppdatert informasjon: Se nettsiden

Supertirsdag for alle generasjoner, annenhver uke i ulike uker. Middag 16.30, Kirkekvart 17.15, Baluba i kirkerommet, aktiviteter for barna og kaffeprat i menighetssalen fra 17.30. Alle er velkommen!

Babysang hver torsdag kl. 11. Det er rytmer, sanglek og lunsj.

Baluba småbarnsang, for barn opp til 4 år, annenhver tirsdag 17.30-18.00 (se supertirsdag).

Knotte-KRIK med aktiv lek for barn 4-8 år, annenhver tirsdag 17.30-18.00 (se supertirsdag).

Tweensklubb er for deg i 4.-7.klasse. En fredag kveld i måneden kl. 18.30. Vi leker, spiller, baker, bowler og mye annet.

Tro og lys ungdomsklubb, 14-30 år, for unge med utviklingshemming. Vi leker, synger og spiser

sammen. Se dato på hjemmesiden.

SkiMix er et kor for voksne som øver hver torsdag kl. 19.00-21.15. Nye deltakere er velkommen!

Formiddagstreffet er for deg som er hjemme på dagtid første mandag i måneden kl 11-13. Foredrag, måltid og fellesskap!

Strikketreff er hver mandag kl. 11.00-13.00 i Ski nye kirke. Du er velkommen med eller uten strikkesett.

Åpen kirke hver lørdag i Ski middelalderkirke kl. 12.00 – 14.00.

Aktiviteter i Kråkstad kirke og Kirkens hus 2025

Oppdatert informasjon: Se nettsiden

Babysang annenhver tirsdag (oddetallsuker) kl. 11.00 på Kirkens hus.

Etter skoletid for barn 2.-7.klasse på Kirkens hus annenhver mandag (partallsuker) kl. 14.30-16.00.

Kafé på Kirkens hus (Parkbakken 11) kl. 1100-1300 annenhver tirsdag. (oddetallsuker).

Hyggestua i Kråkstad er et åpent seniortilbud annenhver tirs. kl. 11.00-12.30 på Kråkstadtunet (partallsuker). Måltid, lett program, sang og fellesskap.

Tanker i tiden er et møtested på Kirkens hus kl. 19.00, alle med kveldsmat. Dato for våren er 29. april.

👉 Har du forslag til aktiviteter? Vil du delta som frivillig medarbeider?

Ta kontakt med menighetsrådet eller oss på menighetskontoret.

Daglig leder Bjørn Braastad, ☎ 948 69 057
Kateket Lene Beate Nordengen, ☎ 982 41 144
Diakon Unni Merethe Langen, ☎ 907 92 237

Eplehagen som ble møbelhus

I Åsveien 3 i Ski ligger det som i dag er kjent som Lynggården eller Sentrumsgården. Det er et drøyt 40 år gammelt forretnings- og kontorbygg som huser et mangfold av virksomheter - med HTH-kjøkken og Flisekompaniet som de mest synlige. Navnet Lynggården er fra starten av 1990-tallet, nå er Sentrumsgården det offisielle navnet.

Skeidarhuset. Men på folkemunne omtales Åsveien 3 som Skeidarhuset. Og med rette. For det var familien Andresen og grunnleggerne av Skeidar møbler som oppførte huset - og som bodde her fra starten av 1900-tallet.

Det var i Åsveien 3 det startet, eventyret som er blitt til en møbelkjede med nær 50 butikker spredd over hele landet.

Den opprinnelige gården, Linnehave, var hjemmet til familien Andresen. Adolf Andresen startet sitt eget møbel-snekkerverksted hjemme på tunet i 1912. Det drev han på alene til sønnen Erik

var blitt stor nok til å gå i sin fars fotspor og kvalifisere seg som snekkermester. Sammen drev de i mange år firmaet A. Andresen og Sønn. Etter hvert som Adolf ble eldre og Erik giftet seg med nabojenta Erna, som fikk to sønner, Morten og Borge, vokste familiens ambisjoner og lyst til å åpne sin egen møbelforretning.

Drømmen realiserte Erik og Erna i 1964. Den 20. august åpnet ekteparet sin første møbelforretning. Gården ble til en 500 m² butikk i 1. etasje og kjeller. I tillegg kom familieboligen i 2. etasje.

Lokalt navn. Forretningens navn var ikke tilfeldig. *Skeid* stammer fra kappestridene med hest som i historisk tid fant sted på de store slettene i enden av moreneryggen. Navnet Ski har samme rot.

Butikken ble en suksess fra første stund. Stadig vekk var det behov for utvidelser. De første 20 årene hadde Skeidar Møbler 14 utvidelser, de største i 1979 og i 1984. I 1979 var møbelbutikken i Åsveien på 2000 m², i

1984 var det et varehus på 3300 m².

I 1984 fant det første generasjonsskiftet sted, da Eriks eldste sønn Morten overtok som adm. dir., en posisjon han hadde til 2013, da hans sønn, Martin, overtok roret.

Flytting. Selv med nybygget i 1984 fikk Skeidar vokseproblemer, samt en langvarig skilt-krangel med kommunen, som førte til at familien truet med å flagge ut fra Ski. Det endte i første omgang med at de i 1990 flyttet fra Åsveien til det som i dag er Skeidarhuset i Nordbyveien. Det var et bygg som opprinnelig het Temabygget og var reist til et annet formål, men som Andresen-familien kjøpte i forlengelsen av finanskrisen i 1990. Der spredte de seg over tre etasjer med til sammen 7000 m². I dag er det stor aktivitet i begge Skeidarbyggene i Ski. Møbelhandel er ikke lenger det bærende innslaget i noen av byggene, men fotavtrykket fra Skeidar er tydelig.

Tekst Stig Finslo

” Det er ikke så enkelt å kjenne seg igjen i Ski ...

Han er født i Ski og har bodd her mesteparten av livet. – Men når jeg ser meg om i Ski, vet jeg sannelig ikke om jeg er herfra, sier Birger Henrik Fossum med et glimt i øyet.

Ski sentrum er radikalt forandret. Det snakker Birger og gamle skolekamerater ofte om når de møtes en gang i måneden.

– Jordbruksbygda Trøgstad minner mer om Ski slik jeg husker det, sier han.

I 14 år var han sokneprest i Trøgstad før han og kona Arnhild flyttet tilbake til Ski som pensjonister.

Barne- og ungdomsårene i Ski minnes han med takknemlighet. Han deltok i Speideren, det kristne skolelaget på realskolen og gymnaset – og ungdomsarbeidet i kirken.

Ung organist. Faren drev bakeri i Ski i 46 år. Hjemme hadde han piano. Bakeren hadde også spilt fiolin – og blåseinstrument i Forsvaret. Birger arvet musikkinteressen og satt som gutt nær orgelet på galleriet under gudstjenester. Etter hvert fikk han undervisning. Som 16-åring vikarierte han som organist og spilte selv under gudstjenester. Orgelspill har han fortsatt med, også på fastesamlingene i Ski nye kirke.

– Der har jeg spilt i ti år nå, sier han fornøyd.

Birger og Arnhild har ikke bare satt seg ned i blokkleiligheten på Midtskogen for å nyte pensjonisttilværelsen. Birger har holdt rundt 70 gudstjenester siden han flyttet.

Gjenbruksbutikken. Du har kanskje også sett dem om du har vært innom gjenbruksbutikken i Ski sentrum. Der har Arnhild vært en av lederne siden butikken åpnet året etter at de kom tilbake

til Ski. Birger arbeider med bøkene. Nylig ble han valgt til styreleder i butikken. Gjenbruksbutikken i Ski er den største som Det norske misjonsselskap (NMS) har i hele landet.

Ikke baker, men prest. Birger ble altså ikke baker som sin far – selv om han så å si hadde vokst opp i bakeriet. Han tok eksamen på Oslo lærerskole, og skulle ta videreutdanning i kristendomskunnskap på Menighetsfakultetet, MF. Så gikk han over på teologistudiet og endte opp som ordinert prest. Birger arbeidet på IKO, Institutt for kirke og oppvekst, før han ble kalt til å arbeide som lektor i praktisk teologi på MF. Senere var han administrator og avdelingsleder ved fakultetet.

– De siste årene på MF fikk jeg i oppdrag å utvikle datastøttet undervisning, fjernundervisning i kristendom grunnfag. Det var en spennende oppgave, sier Birger.



Et bilde fra tiden i Trøgstad, hvor han trivdes svært godt. foto Privat

Trøgstad. Han hadde passert 50 år da han begynte som sokneprest i Trøgstad. De bodde i en stor prestegård fra 1860 som kunne romme mange aktiviteter, men i vinterkulda sto de fleste værelsene tomme. Da bodde de stort sett på kjøkkenet.

→ Dette var før Trøgstad ble en del av Indre Østfold kommune.



Birger Fossum har mange gode minner fra barne- og ungdomsårene i Ski middelalderkirke.

foto Sigurd Røse

→ - Årene i Trøgstad var en fin tid, sier Birger.

- Trøgstad kommune hadde omsorg for sine folk. På den tiden fikk rallykjøreren Petter Solberg mye oppmerksomhet i distriktsradioen. Da tenkte jeg på folk i hjemmesykepleien og andre som var ute på glatte veier nattetid for å stelle eldre og syke. Jeg irriterte meg over at de ikke fikk like stor oppmerksomhet!

Feltprest i Heimevernet. Mange fra Ski-området har møtt Birger som feltprest i Heimevernet, men han hadde opprinnelig vanlig militær førstegangstjeneste på Bardufoss. Det var kald krig på 70-tallet.

- Russerne observerte oss, men det var alt. Seinere, i Heimevernet, var vi forberedt på en ny utgave av den gamle krigen, om den skulle komme igjen. Men den gjorde ikke det. Nå har vi fått den nye krigen, teknisk avansert og brutal. Her i Europa, i Midtøsten og mange andre steder. Vi er flinke til å beskrive hvor ille det er. Det behøver vi ikke bruke så mange ord på.

- Hva er kirkens rolle?

- Kirken kan formulere et perspektiv som kan gi håp og som kan være veiledende i en vanskelig situasjon. Vi kan gjøre små gjerninger med stor kjærlighet.

Etter den russiske invasjonen ble jødiske og kristne menigheter i Ukraina enige om å be Salme 31 (se spalten til høyre) - hver for seg, men til samme tid hver dag. Salmen kan også vi gjerne bruke. Den minner om at våre tider er i Guds hånd, sier Birger Fossum.

tekst Tor Eigil Stordahl

Birger Henrik Fossum (78)

- Gift med Arnhild Haddal Fossum, tre voksne barn
- Født og oppvokst i Ski, bor nå i Ski

- Pensjonert fakultetslektor og prest
- Utdanning fra Oslo lærerhøgskole og Det teologiske Menighetsfakultet
- Arbeider som frivillig på NMS Gjenbruk Ski
- Spiller orgel og piano
- Liker klassisk musikk og sykling



Birger arbeider som frivillig i gjenbruksbutikken som NMS har i Ski. Nå er han også valgt til styreleder der.

foto Sigurd Røse

«Kirken kan formulere et perspektiv som kan gi håp og og veilede i en vanskelig situasjon»



Birger Fossum vokste opp i et hjem med mye musikk. Han spiller både piano og orgel, her i Ski nye kirke.

foto Sigurd Røse

Utdrag fra salme 31, Salmenes Bok

Herre jeg søker tilflukt hos deg,
La meg aldri bli til skamme!
Fri meg ut i din rettferdighet!

3. Vend meg ut i din rettferdighet!
Vend øret til meg, skynd deg og redd meg!
Vær meg et vern, en klippe, en borg til frelse.

4. Du er mitt berg og min borg,
For ditt navns skyld fører og leder du meg.

5. Fri meg fra garnet de har spent ut for meg!
For du er min tilflukt.

6. I dine hender overgir jeg min ånd,
Du løser meg ut, Herre, du trofaste Gud

8. Jeg vil juble av glede over din godhet,
For du har sett min nød, du kjenner min trengsel.

9. Du ga meg ikke over i fiendens hånd,
men førte meg ut i åpent land.

15. Men jeg setter min lit til deg Herre,
jeg sier Du er min Gud, mine tider er i din hånd,
fri meg fra fiender som jager meg!
La ditt ansikt lyse over din tjener,
frels meg i din miskunn!

19. La lepper som lyver, bli stumme
de som taler frekt mot den rettferdige
med hovmod og forakt.

20. Hvor stor din godhet er, som du har spart
til dem som frykter deg!
Rett foran mennesker har du vist din godhet
mot den som søker tilflukt hos deg.

21. Hos deg finner de ly mot menneskers overgrep.
Du verner dem i din hytte mot anklagende tungter.

22. Velsignet er Herren som gjør under!
Han viste meg miskunn i en beleiret by.

23. Jeg sa i min angst:
«Jeg er støtt bort fra dine øyne.»
Men du hørte min bønn da jeg ropte til deg.

24. Elsk Herren, alle hans fromme!
Herren verner de trofaste,
Men den hovmodige gir han igjen i fullt mål.

25. Være modige og sterke,
Alle dere som venter på Herren!

Troen gir et trygt ståsted

Einar Haugen er fra Namsos. Der hadde han hele sin barndom og ungdomstid. Han flyttet sørover for å utdanne seg til pilot. Ferdig utdannet viste det seg å være vanskelig å få jobb. Dermed begynte han på flygelederutdanning. Det var i denne perioden han traff sin ektefelle Inger. De giftet seg i 1973. Først bodde de i Oslo, så ble det Vevelstadåsen på Langhus. Deretter førte jobben som flygeleder dem til Kirkenes og Bodø, før de vendte tilbake til Langhus i 1977. Han fikk da jobb i Luftfartsverkets (nå Avinor) hovedkontor i Oslo og jobbet der til han gikk av med pensjon i 2015. I 1982 flyttet familien på fem, to voksne og tre barn inn i nybygd hus i Kråkstad.

Einar har vært i menighetsrådet i Kråkstad i de to foregående periodene. Nå er han leder for Kråkstad diakoniutvalg.



Einar Haugen

Utvalget er ansvarlig for Hyggestua på Kråkstadtunet hver 14. dag, knytter besøksvenner til dem som ønsker besøk og sørger for at alle jublanter i bygda som er medlemmer i Den norske kirke, får en blomsterhilsen hvert 5. år fra fylte 75 år, og årlig for dem over 95.

Ellers er han glad i å gå tur i nrområdet i Kråkstad, og han driver med slektsforskning

og har startet et prosjekt med å skrive historien om sitt liv.

- Diktet jeg har valgt, heter *Du holder* av Heidi Halvorsen, og står i diktsamlingen *Utsikt*. Det handler om å ha en forankring i livet. Når man møter vanskeligheter og utfordringer, er det godt å ha et forankringspunkt i alt. Et trygt ståsted i troen på at Jesus holder deg fast gjennom angst og tvil og helt inn i evigheten.

tekst Merethe Gjessing

Du holder

Heidi Halvorsen

Hold meg!
Vil du det?
Kan du det?

Sånn ordentlig holde meg fast
Så vi for alltid er bundet sammen
Hele livet og inn i evigheten

Akkurat slik som på langfredag
Det er dagen da jeg VET med sikkerhet
Vet at det er nettopp det du kan

At du kan og vil holde meg
Fastbundet til deg
Hele livet og inn i evigheten

Var det ikke nettopp det du gjorde?
På langfredag
Tok alt mitt og gjorde det til ditt

Så hold meg akkurat sånn
Gjennom angsten, tvilen og døden
Hele livet og inn i evigheten

Selskapslokaler til leie i Kråkstad

- Kirkens hus i Kråkstad har gode lokaler for ulike arrangementer.
- Servise opp til 80 personer.

📞 Kontakt person: Olav Tjugen, tlf 481 59 728 📧 e-post: olav.tjugen@gmail.com

Menighetskontor Ski og Kråkstad

Menighetskontoret, Ski nye kirke, Birkelunden 7, 1423 Ski
post.nordre.follo@kirken.no,
Eksp.: mandag-fredag kl 09.00-11.00, tlf. 67 20 82 00

Daglig leder

Bjørn Braastad, tlf. 948 69 057, bb945@kirken.no

Sokneprest i Ski/Kråkstad

Sarah Olsson Haugstad, tlf. 930 06 792, sh856@kirken.no

Kapellan i Ski/Kråkstad

Geir Gjessing tlf. 938 29 501, gg359@kirken.no

Diakon

Unni Merethe Weydahl Langen,
tlf. 907 92 237, ul996@kirken.no

Kantor Ski

Gunn Randi Leite, tlf. 936 26 340, gl374@kirken.no

Organist i Kråkstad

Tor Magne Brækkan, tlf. 932 87 040,
tor.magne@brakkan.com

Kateket

Ingunn Berit Galdal, tlf. 474 56 151, ig652@kirken.no
Lene B. Nordengen, tlf. 982 41 144, lo773@kirken.no.

Menighetspedagog (vikar)

Astrid S. Dahlen tlf. 959 14 786, ad946@kirken.no

Kirkeverge

Øysten Paulsen, tlf. 971 92 187, op554@kirken.no

Ass. kirkeverge

Per Øyvind Skrede, tlf. 901 37 732, ps323@kirken.no

Rådgivere

Sissel Hellvik, tlf. 67 20 82 00 sh422@kirken.no
Ellen Berger, tlf. 67 20 82 00 eb764@kirken.no

Prost

Espen Andreas Hasle, tlf. 909 36 902, eh664@kirken.no

Menighetsrådsleder Ski

Dag Ivar Belck-Olsen, tlf. 924 28 382
dag.ivar.belck.olsen@me.com

Menighetsrådsleder Kråkstad

Knut Røed, tlf. 454 73 550
knut_roed@outlook.com

Givertjenesten

- Ski menighet: 1644.05.99730
- Kirkens venner, Kråkstad menighet: 1644.06.00003
- Gave til menighetsbladet: 1644.05.99730 prosj. 206 eller beløpet til 553076.



Fredrik Levorstad
91 99 09 45



Pedersen & Skogholt REVISJON • REGNSKAP • RÅDGIVNING	Pedersen & Skogholt REVISJON • REGNSKAP • RÅDGIVNING
• Regnskap • Lønn • Økonomistyring	Lokalt statsautorisert revisjonsselskap 50 år i bransjen
Tel. 64 85 15 00 www.pedersen-skogholt.no	Tel. 64 85 15 00 www.pedersen-skogholt.no

NMS Utrolig hvor mye fint vi har!
Velkommen innom.
For nyheter og informasjon

GJENBRUK NMS Gjenbruk Ski.
Åsveien 9, Ski. Tlf. 404 36 616

OSLO MONUMENT
Gravstener
Stor utstilling ved Nygårdskrysset

www.oslomonument.no
Tlf: 64 94 69 53



• Idrettsveien 5, 1400 Ski. • tlf. 64 00 39 00
• advokatkollegium.no • post@advokatkollegium.no

FOLLO UR OG BRILLESENTER **SYNSAM**
Idrettsveien 20 - 1400 Ski - Tlf 64 87 50 30

FORNØYDE KUNDER ER VÅR BESTE PREFERANSE

**Ski Elektriske
Installasjon as**



Follo's ledende elektroentreprenør
Postboks 194 1401 Ski - Sanderveien 2, Ski - tlf: 64 86 05 50 -
e-post: firmapost@skiel.no - www.skiel.no

A - Aa Marketing as
Postboks 240, 1401 SKI, Norway

Begravelsesbyråkjeden
JØLSTAD

Ski - Kolbotn - Askim
Nesodden - Ås
64 91 49 00 (24t)

jolstad.no

folloTRYKK

OFFSETTRYKK DIGITALTRYKK

64 91 71 01 post@follotrykk.no

www.follotrykk.no

Denne plassen er ledig

Ønsker du å nå HELE befolkningen
i Ski og Kråkstad?

Denne annonse er rimelig. 80% av befolkningen
opplyser at de *leser* eller *blir* i menighetsbladet.

Ønsker du å annonsere, ta kontakt
med Hans Erik Matre på mobil 901 35 423
eller hanserikmatre@gmail.com

DINE TENNER
OG DINE PENGER
- VÅRT ANSVAR

• siden 1962 i Løkkegården,
Ski sentrum
• folloannlegesenter.no



Nytt fra menighetene

Etiopia og Tyrkia blir nye misjonsprosjekter

Kråkstad og Ski menigheter har begge inngått nye avtaler om misjonsprosjekter med virkning fra 2025.

Ski menighet har kontrakt med Det norske misjonsselskap (NMS), Kråkstad med Stefanusalliansen. Ski menighets prosjekt har fokus på Etiopia.

Ski. Cathrine Hagen Michelet er leder av misjonsutvalget i Ski menighet.

- Hvorfor NMS og Etiopia?

- Menighetsrådet har tidligere

besluttet at misjonsprosjektene vi velger, skal ha både et forkynnende og et diakonalt sikte. I tillegg er det nå lagt til at det skal være fokus på kvinner og bærekraft. De syv misjonsorganisasjonene som inngår i Samarbeid Menighet og Misjon, ble invitert til å komme med forslag. Valget falt på NMS, fordi prosjektene i Etiopia samsvarer godt med kriteriene.

Vår støtte går ikke bare til ett spesifikt prosjekt, men til mange delprosjekter, sier hun.

- Hvor lang er avtaleperioden?

- Den er på to år, med opsjon for et tredje.

- Hva forplikter menigheten seg til?

- Vi skal bidra til misjonsengasjement i menigheten, be for arbeidet i Etiopia, innhente og formidle informasjon og samle inn 90.000 kroner per år.

- Det er et ambisiøst pengemål?

- Vi håper å klare det, og det



Cathrine Hagen Michelet leder misjonsutvalget i Ski menighet.

bygger på erfaring. I 2024 samlet menigheten inn et slikt årsbeløp til vårt forrige prosjekt.

- Og hvordan følger NMS opp?

- NMS redigerer en egen nettside om fremdriften i prosjektarbeidet, sender oss ny informasjon og stiller seg til rådighet for besøk i menigheten.

Kråkstad. Kråkstad menighet støtter to menigheter i Tyrkia.

Knut Røed er leder av menighetsrådet i Kråkstad og har vært sentral i valget av prosjekt.

- Hvorfor Stefanusalliansen og Tyrkia?

- Vi ba om innspill fra Stefanusalliansen og NMS og kunne velge mellom 8-10 prosjekter. Menighetsrådet havnet på et prosjekt som er en kombinasjon av et rent misjonsprosjekt og fokus på trosfrihet som utfordres og trakassering og forfølgelse av kristne i en urolig verden.

- Hvor lang er kontraksperioden?

- Vi valgte en treårsperiode.

- Hva forplikter menigheten seg til?

- Vi skal støtte to menigheter med forbønn og pengemidler.



Knut Røed leder menighetsrådet i Kråkstad menighet.

Innsamlingen vil primært være gjennom kollekter på gudstjenester, og målet vårt er 10.000 kroner årlig i tre år.

- Hvordan følger Stefanusalliansen opp?

- Den støtter oss med løpende informasjon om prosjektene og stiller seg til rådighet for besøk i vår menighet.

tekst Dag Briseid

Fakta Ski

- Pengene går til NMS og Etiopia
- Fokus på kvinner og unge i kirke og samfunn
- Bibeloversettelse til minoritetsspråk
- Støtte og løfte marginaliserte folkegrupper
- Klimasmart og bærekraftig landbruk

Fakta Kråkstad

- Pengene går til Stefanusalliansens arbeid i Tyrkia
- Menighetsbygging i to menigheter, Antalya og Izmir
- Støtter menighetsarbeid gjennom pastorlønn og drift
- Støtte til sippeltreningsprogram

Konfirmant 2026?

Har du en 14-åring i hus som vil være konfirmant i kirken? Vi åpner påmelding til konfirmasjon 2. mai kl. 12.00 og er åpen for deg om du er døpt eller ikke. Mer info om konfirmanttiden finner du på nettsiden: kirken.no/nordrefollo

Vårkonsert 10. mai

Korene Sofiemyr kammerkor og SkiMix går sammen og arrangerer to vårkonserter. Lørdag 10. mai kl. 18 i Ski nye kirke og søndag 11. mai kl. 18 er det samme konsert i Sofiemyr kirke. Billetter kr. 250 ved inngangen.

Superavslutning

Tirsdag 20. mai kl. 16.30-18.00 er det sommeravslutning for supertirsdag med ulike aktiviteter og is til dessert. Påmelding til Astrid på sms 95914786.

Møter i Ski Normisjon

07.05: «Den Hellige Ånd i GT og NT» v/ Hans Viggo Nordahl

21.05: «Jesus liknelser, Den rike bonden» v/Sven Holmsen

04.06: «60 år i Bhutan - et tilbakeblikk»

Hvor mye kan du om Ski?

Den lille Ski-quizen

1. Hva heter kommune-direktøren i Nordre Follo?
2. Hvilket år ble Ski Storsenter åpnet?
3. Hvor mange husholdninger er det i tettstedet Ski?
8.467 – 11.234 eller 12.391
4. Hva heter soknepresten i Ski og Kråkstad?
5. I hvilken divisjon spiller Follo Håndballklubb – for kvinner og menn?
6. Gunn Randi Leite spiller orgel i Ski nye kirke – hva er hennes yrkestittel?
7. På hvilken breddegrad ligger Ski?
8. Hvor mange representanter har Høyre i Nordre Follo kommunestyre?
18, 21 eller 24?
9. Hvilket postnummer har Hebekk?
10. 21. desember er dagen med minst dagslys i Ski. Hvor lenge er sola oppe den dagen?

SVAR

1. Øyvind Henriksen
2. 1995
3. 12.391
4. Sarah Haugstad
5. Begge spiller i 1. divisjon
6. Kantor
7. 59. breddegrad
8. 81
9. 1470
10. 5 timer og 57 minutter.

1 poeng for helt riktig svar.

- 9–10 p: Du er en ekte Ski-patriot (har du Google?)
- 7–8 p: Du er født før Ski Storsenter ble bygget, og du abonnerer sannsynligvis på Østlandets Blad
- 5–6 p: Du bor i Ski, jobber i Oslo, men du følger litt med likevel.
- 3–4 p: Nettopp flyttet til Ski på grunn av Follobanen?
- 1–2 p: Er du på besøk og har tyvstet menighetsbladet?

4. mai

Ski nye kirke kl. 11
Diakonigudstjeneste med Geir Gjessing og Gunn Randi Leite. Gospelkoret Gregos deltar.

Kråkstad kirke kl. 11
Gudstjeneste med dåp ved Sarah Haugstad og Tor Magne Brækkan. Gullkonfirmanter deltar.

11. mai

Ski nye kirke kl. 11
Gudstjeneste med dåp ved Sarah Haugstad og Gunn Randi Leite

18. mai

Ski nye kirke kl. 11
Gudstjeneste med dåp ved Geir Gjessing og Tor Magne Brækkan

KONFIRMASJON!

Viktig melding: Lørdag 24. mai er det konfirmasjon med Tro og lys-konfirmanter i Ski nye kirke kl. 12.00. Ved Espen Hasle, Lene B. Nordengen og Gunn Randi Leite.

25. mai

Ski nye kirke kl. 11
Storfamiliegudstjeneste. Sommeravslutning for hele menigheten. Med Sarah Haugstad og Gunn Randi Leite

Kråkstad kirke kl. 11
Gudstjeneste med dåp ved Helge Nylenna

Ski middelalderkirke kl. 13
Dåpsgudstjeneste ved Sarah Haugstad

1. juni

Ski nye kirke kl. 11
Gudstjeneste med dåp ved Geir Gjessing og Gunn Randi Leite

8. juni – 1. pinsedag

Ski nye kirke kl. 11
Gudstjeneste med dåp ved Espen Andreas Hasle og Sarah Haugstad. Samarbeid med Ski Hagelag

Kråkstad kirke kl. 11
Gudstjeneste med dåp ved Helge Nylenna og Tor Magne Brækkan

15. juni

Ski nye kirke kl. 11
Gudstjeneste med dåp ved Sarah Haugstad og Gunn Randi Leite

Ski middelalderkirke kl. 13
Dåpsgudstjeneste ved Sarah Haugstad og Tor Magne Brækkan

22. juni

Ski nye kirke kl. 11
Felles sommergudstjeneste ved Matilde Opsahl og Gunn Randi Leite

29. juni

Siggerud kirke kl. 11
Felles sommergudstjeneste ved Matilde Opsahl og Aejin Park

6. juli

Kråkstad kirke kl. 11
Felles sommergudstjeneste

13. juli

Langhus kirke kl. 11
Felles sommergudstjeneste ved Matilde Opsahl og Aejin Park

Ski middelalderkirke kl. 13
Dåpsgudstjeneste ved Matilde Opsahl

20. juli

Ski nye kirke kl. 11
Felles sommergudstjeneste ved Geir Gjessing

27. juli

Siggerud kirke kl. 11
Felles sommergudstjeneste ved Magnus Ingvaldsen og Aejin Park

29. juli

Kråkstad kirke kl. 18
Gudstjeneste Olsok ved Geir Gjessing

3. august

Langhus kirke kl. 11
Felles sommergudstjeneste ved Magnus Ingvaldsen og Eajin Park

10. august

Ski nye kirke kl. 11
Felles sommergudstjeneste ved Espen Andreas Hasle

17. august

Siggerud kirke kl. 11
Felles sommergudstjeneste ved Magnus Ingvaldsen og Aejin Park



Ikke glem at HverDagskapellet på Slora alltid er åpent. Der finner du fred og ro.

24. august

Ski nye kirke kl. 11
Gudstjeneste ved Sarah Haugstad og Vibeke Bergsjø Aas

Kråkstad kirke kl. 11
Gudstjeneste ved Geir Gjessing

Ski middelalderkirke kl. 13
Dåpsgudstjeneste ved Geir Gjessing og Astrid Sandvand Dahlen

30. august

Kråkstad kirke kl. 12
Gudstjeneste med dåp ved Sarah Haugstad

31. august

Ski nye kirke kl. 11
Storfamiliegudstjeneste og oppstart ved Sarah Haugstad og Astrid Sandvand Dahlen

6. september

Kråkstad kirke kl. 11
Konfirmasjonsgudstjeneste ved Geir Gjessing

Kråkstad kirke kl. 13
Konfirmasjonsgudstjeneste ved Geir Gjessing

7. september

Kråkstad kirke kl. 11
Konfirmasjonsgudstjeneste ved Geir Gjessing og Lene Beate Nordengen

Ski nye kirke kl. 11
Gudstjeneste ved Sarah Haugstad

SØRMARKSKAPELLET

- Husk at det er sportsguds-tjeneste i Sørmarkskapellet på Slora hver søndag kl. 12.
- Åpen kafé kl. 11.00 til kl. 14.00 hver søndag.
- HverDagskapellet på samme sted er alltid åpent og varmt!

Døpte

Ski middelalderkirke

16.02.2025.....Ingrid Haugland Nerbo
23.03.2025.....Theodor Ruud Skjeggstad Ergo
23.03.2025.....Aurora Minothi Ringen
23.03.2025.....Olav Frogner Pedersen

Ski nye kirke

02.02.2025.....Elsa Lind Johnsen
23.02.2025.....Mio Onstad Aspehaug
22.03.2025.....Mats Ermesjø Hjeltnes
30.03.2025.....Sander Høglo

Gravferder og bisettelser

22.01.2025.....John Folkedal
23.01.2025.....Per Bjørn Sundvold
28.01.2025.....Ellen Cecilie Braathen
30.01.2025.....Rune Iversen
30.01.2025.....Jan Erik Svenningsen
31.01.2025.....Torstein Olav Heimveg
03.02.2025.....Elna Jørgensen
04.02.2025.....Reidun Pauline Hov
04.02.2025.....Karen Mjelva
06.02.2025.....Gro Helen Martinsen-Stormyr
07.02.2025.....Ingny Neråsen
11.02.2025.....Kari Elisabeth Tothammer
12.02.2025.....Grethe Karine Kvakkestad Olsen
13.02.2025.....Laila Askersrud
18.02.2025.....Svanhild Viktoria Holter
25.02.2025.....John-Willy Johannessen
28.02.2025.....Knut Endreson

28.02.2025.....Helge Olaf Mellegård
04.03.2025.....Per Ragnar Eikeset
05.03.2025.....Reidun Lygren
07.03.2025.....Else Marie Barlaup
11.03.2025.....Gerd Strande
12.03.2025.....Truls Erik Gedde
13.03.2025.....Kari Selbekk Becher
13.03.2025.....Bjørn Bøhler
20.03.2025.....Gerd Johanne Kvamme
20.03.2025.....Synnøve Johansen
27.03.2025.....Bjørg Tove Kjølstad
28.03.2025.....Egil Henriksen
02.04.2025.....Kari Olsson
03.04.2025.....Torun Elise Vargset Melum
03.04.2025.....Laila Synnøve Nygaard Lütken
04.04.2025.....Gudmund William Nilsen
04.04.2025.....Ørnulf Herman Dahl
11.04.2025.....Finn Klingenberg Holme

Slora gård: Seminar om livskvalitet som pensjonist

Når man går ut av arbeidslivet, går man over i en radikalt ny livsfase. Den første tiden oppleves gjerne som en evig ferie. Men ganske snart oppdager man at tilhørigheten til viktige fellesskap er borte. Arbeidsoppgavene er forsvunnet. Og vi har møtt den tredje dommen, alderdommen. Overgangen regnes som den mest krevende for oss mennesker.

For å få innsikt i måter å mestre og planlegge denne fasen, inviterer Sloras venneforening til seminar på Slora gård tirsdag 13. mai. kl. 10.00-15.00. Vi deler tanker og erfaringer og lytter til hva forskning viser. Alder er ikke bare et tall, men heller intet hinder for et godt liv!

Ved overgangen fra ungdomslivet til

voksenlivet fikk vi hjelp til karriere-planlegging. Også for alderdommen trengs planlegging for å sikre god livskvalitet. Roger Kjærgård, som har arbeidet og forsket mye om karriere-veiledning i ulike livsfaser, vil lede seminaret. Med seg har han forsker og 1. amanuensis Lars Bauger fra Universitetet i Sørøst-Norge, som blant annet har forsket på livskvalitet som pensjonist. Vi vil også ha en panelsamtale



Roger Kjærgård leder seminaret på Slora.

der Beate Øhre, Stig Finslo og Gjermund Stormoen vil delta med refleksjoner over pensjonisttilværelsen. Lunsj blir servert, og det blir god anledning for samtale om dagens tema.

Seminaret begynner på parkerings-plassen ved Gjedsjø skole. Vi starter med et samtale-opplegg på turen inn til Slora. Kl 15.00 er vi tilbake på parkeringsplassen. Påmelding skjer ved å betale deltakeravgiften på kr 200,- til Vipps-nr 78971. «Pensjonistdag på Slora 13. mai». Påmeldingsfrist er søndag 11. mai. Kontakt Gjermund Stormoen på telefon 906 06 470 for nærmere opplysninger. Om Slora gård, se www.slora.no.

tekst Guro Lillehaug



KROGH

SATSER FOR FULLT I SKI

ÅPNER NY BUTIK OG NY KLINIK PÅ 300 KVADRATMETER



I disse dager flytter optiker Ø Krogh tilbake til Asenveien 1. Her blir det god plass til både brillebutikk og øyeklinikk.

Familiebedriften som har preget sentrumbildet i Ski i over 50 år, er nå tilbake i lokalene de forlot for 30 år siden - i det som på folkemunn blir kalt Princessbygget i Ski sentrum.

Optiker Ø Krogh beholder butikken i 2. etasje i Storsenteret. Men det er behov for mer plass. Her selges nemlig ikke bare briller – selv om det fortsatt er en viktig del av Kroghs virksomhet. Hele førsteetasjen ut mot Asenveien blir brillebutikk, med store, åpne og lyse lokaler.

Det mest spennende ligger i underetasjen, som vies helt og fullt til øyeklinikken. Ø Krogh satser store ressurser på å bygge ut kompetanse innen øyehelse. Eldrebølgen byr på nye utfordringer. Øyegelene har mye å gjøre, godt utdannede optikere hos Ø Krogh kan tilby svært mange tjenester som også kan avlaste øyegelene. Folk blir eldre, det betyr nye utfordringer for synet.

Mange unge som tilbringer mye tid foran ulike skjermer, opplever hodesmerter som ofte har sin årsak i øynene. Klinikken i underetasjen vil tilby ulike varianter av synsterapi. Hos Krogh er det høy fagkompetanse, og vi er jobber tverrfaglig med blant andre kiropraktorer, leger, øyeleger og osteopater.

Optiker Ø Krogh er en ekte familiebedrift. To av sønnene har bestemt seg for å bli optikere, disse to er sjette generasjon optikere – alle blir selvsagt å finne i de nye lokalene i Asenveien 1.



OPTIKER Ø KROGH

- Etablert i Ski i 1970
- Aktuelt nå: Ø Krogh flytter tilbake til lokalene firmaet hadde for 30 år siden
- Nye lokaler er 3000 m² over to etasjer
- Ø Krogh har tidligere hatt lokaler i Åsenvegen, Idrettsveien og Løkkegården
- Daglig leder: Øyvind Krogh (f.1969)
- Ansatte: 15
- Omsetning 2023: kr 19 588 000