

FRA ADVENT TIL JUL 2020

Vi i Nordberg og Grefsen menighet er så glad for at vi kan forberede oss til jul sammen også i år – selv om vi gjør det litt annerledes enn andre år!

I år skal vi være sammen med bare noen få personer og holde oss mye hjemme i adventstiden. Det er likt for oss alle sammen. Det finnes også mange ulike advents- og juletradisjoner som er likt for oss alle. Noen av tradisjonene har lange historiske røtter, andre er nye. Noen tradisjoner kjente du kanskje til fra før, mens andre er nye for deg?

Det er opp til dere hvordan dere bruker «Fra advent til jul». Vår oppfordring er å velge de aktivitetene, sangene og fortellingene som passer i deres hjem!

Hvis du sparer på denne adventspakken, kan du gjerne bruke den igjen neste år.

I denne adventspakken finner dere:

1. **Ett sett med ark for hver av ukene i advent.**
2. **Forslag til en kalender med aktiviteter**
3. **Noen konkrete ting som kan være til hjelp for å gjennomføre noen av formingsaktivitetene.**
4. **Familier med yngre barn får også en julebok.**

Vi håper dere alle får en god advent og jul, og gleder oss til å møtes igjen!

Hilsen fra Grefsen og Nordberg menigheter

Randi Røssaak, menighetspedagog, Marte Martilla Dybdal, menighetsarbeider, Elisabeth Danielsen Haare, trosopplæringsleder og Gunnhild Nordgaard Hermstad, kapellan.

Første søndag i advent

29. november 2020

Forberedelsene starter

Bibelfortelling

Matteus 21:1-11

Bilde

Når dere har gjort dagens aktivitet, kan en i familien klippe ut dette bildet og henge det opp f.eks. på kjøleskapet. Slik kan familien sammen se, huske og snakke om det som har skjedd.



Adventsstund

Utstyr

Fire lys, gjerne lilla/fiolette i en adventskrans eller lignende.

Fyrstikker

En bibel eller Det nye testamentet hvis dere vil lese bibelteksten fra Matteusevangeliet.

Du finner sangene til adventsstunden på spillelisten «Fra advent til jul 2020» på Spotify. Det kan være vanskelig å finne listen i appen, men det ligger en link til spillelisten på hjemmesiden vår!

Passer for

Alle aldre

Hvorfor

De fire lysene i adventskransen er en påminnelse om de mange lysene i julen, og vi starter adventstiden og nedtellingen til jul med å tenne det første lyset i adventskransen. Hvis det får det til, kan dere tenne dette ene lyset hele den første uken og samtidig synge et vers av en adventssang.

Hvordan

Dere vet selv hvordan en adventsstund best fungerer i deres familie. Her er noen forslag til hvordan det kan gjøres, og så kan dere bruke det som passer best for dere!

1. Tenning av adventkransen

En av dere tenner det første lyset i adventskransen mens dere synger det første verset av «lystenningsangen» dere velger. Vi har foreslått denne:

29 Tenn lys



Tenn lys! Et lys skal bren-ne for den-ne lil-le
jord, den blan-ke him-mel-stjer-ne der vi og al-le
bor. Må al-le de-le hå-pet så go-de ting kan
skje. Må jord og him-mel mø-tes. Et lys er tent for det.

2. Bibelfortelling og litt om dagen

Hver første søndag i advent starter forberedelsene til jul. Selve ordet *advent* betyr *komme* og adventstiden er forberedelsen til feiringen av at Gud kommer til oss; julen.

Den første kristne julefeiring startet på 300-tallet. Det var ikke så vanlig å feire fødselsdager på den tiden. Men i løpet av 300-talle ble flere og flere kristne opptatt av at da Jesus ble født, så var det faktisk et vanlig menneske, men Gud som kom til oss mennesker. Det er så stort at det burde feires, mente mange. Siden Jesus sa at han var verdens lys og vil lyse for oss (Johannes 8:12), ble det naturlig å legge festen til den store lysfesten som ble feiret 25. desember.

Det er en lang tradisjon for at bibelteksten første søndag i advent er når Jesus rir inn i Jerusalem. Den gangen ble han hyllet med palmeblader og heiarop (Matteus 21:1-11). Gud er hos oss hele tiden nå, men hvordan ville vi tatt imot Jesus hvis Jesus var her nå? Hvor tror du at vi ville finne Jesus hvis han kom til oss i dag?

3. Bønn

Kirkens Nødhjelp er kirkens organisasjon for nestekjærlighet i verden. Hver søndag forslår vi å ta med en bønn formulert av Kirkens Nødhjelp i adventsstunden. Det kan minne oss at kjærligheten Jesus har vist oss gjelder alle mennesker i verden. Kanskje er det også andre bønner dere vil be eller noe dere vil be om? Gjør det som passer for dere!

Mange barn i verden i dag blir født på utrygge steder – slik også Jesus en gang ble. Kirkens Nødhjelp jobber for at alle barn skal få en trygg fødsel. La oss be:

*Takk for sykehus og helsearbeidere!
Vi ber om at alle mødre skal få føde i trygghet på sykehus
og at alle barn skal få en god start på livet. Amen.*

Første uke i advent

29. november – 5. desember 2020

Ukens julepynt: Hjerter

Utenfor Grefsen kirke har vi laget en stall. Fra og med første søndag i advent ønsker vi at alle som vil, kan fylle stallen med julepynt. Hver uke har vi et forslag til julepynt som dere kan lage og henge opp utenfor kirken. Dere bestemmer selvfølgelig hva dere vil lage når og hvordan dere vil henge det opp.

Vi gleder oss til å se stallen foran kirken og hvordan den blir vakrere og vakrere hver uke – med julepynt fra dere!

Bilde

Når dere har gjort dagens aktivitet, kan en i familien klippe ut dette bildet og henge det opp f.eks. på kjøleskapet. Slik kan familien sammen se, huske og snakke om det som har skjedd.



Juletrær

Juletrær er en tradisjon med røtter tilbake til Europa på 1600-tallet. Det var de protestantiske kristne som startet med juletrær i hjemmene. Dette skulle gjøre julefeiringen til noe som ikke bare skjedd i kirken, men noe som familier også kunne feire hjemme hos seg selv.

Juletreet er gjerne en gran eller et annet «eviggrønt» tre. Det symboliserer «livets tre» som vi finner omtalt både helt i begynnelsen og helt i slutten av Bibelen. I gamledager var ofte juletrefooten formet som et kors. Da synes noen at det var et fint symbol på at Jesus gjennom korset gav evig liv til oss.

Julepynt

Helt fra begynnelsen av ble juletrærne pyntet. Helt i begynnelsen med epler og oblater (slike som vi får i nattverden), men senere også kurver med godteri, sløyfer, lenker og ikke minst lys. Alt dette skulle være en del av gleden og festen til jul.

I adventstiden i år, skal vi se litt på hvorfor vi i dag pynter med hjerter, kuler, stjerner og engler. Denne uken er det hjerter som står for tur.

Hjerter

Hjertet er et symbol for kjærlighet. I julen viser Gud sin store kjærlighet til oss mennesker. Det gjør Gud ved å selv bli et menneske. Slik kan Gud vite hvordan det er å være menneske; Hva vi er glade for, hva vi blir lei oss for, hvordan det er å ha det vondt og hvordan det er å ha venner og glede seg til ting!

Jesus viste oss også hvordan vi kan vise kjærlighet til andre mennesker. Han inkluderte dem som var utenfor, han lyttet til mennesker og tok alle på alvor. Slik er Jesu sin kjærlighet til oss mennesker også et forbilde for oss og en utfordring til å vise kjærlighet til andre mennesker.

Julehjerter av kvist

Vi forslår å lage et hjerte av grener, da det kan tåle å henge ute på kirkeplassen, men kanskje vil dere lage hjerter av flere ulike materialer! Her er det bare fantasien som setter begrensninger.

Utstyr

Tynne myke kvister – disse kan du finne på en liten tur i skogen.

Ståltråd (ligger i pakken)

Evt. gull- eller sølvspray – eller en annen farge

Passer for

Alle aldre

Slik gjør du

1. Ta inn noen myke tynne kvister. Del de i to like store bunter:



2. Bøy den første bunten til en løkke og hold den i en hånd:



3. Bøy den andre bunten til en lik løkke og legg den over på skrå, så det blir et hjerte:



4. Surr endene sammen med ståltråd, der spissen på hjertet er:



5. Surr ståltråd øverst i midten der buene i hjertet skal møtes:



6. Klipp eller skjær av grenene som henger under hjertet:



Hvis du vil at hjertet ditt skal ha en farge, kan du spraymale det med gull- eller sølvspray, eller hobbymaling om du har. Ta med deg hjertet og heng det i stallen ved kirken. Fest tråden det skal henge i der ståltråden er øverst i midten.

Ukens oppskrift: Pepperkaker

Denne oppskriften på pepperkaker er fra Trines matblogg. Kanskje har dere en egen oppskrift dere liker, eller dere pleier å kjøpe en deig: Gjør det som er gøyest for dere og deres familie. Eldre barn og tenåringer synes kanskje det er gøy å lage deigen selv?

Bilde

Når dere har gjort dagens aktivitet, kan en i familien klippe ut dette bildet og henge det opp f.eks. på kjøleskapet. Slik kan familien sammen se, huske og snakke om det som har skjedd.



Passer for
Alle aldre.

Dette trenger du

Deig

250g sukker
250g lys sirup (ca 2dl)
1 ss kanel
½ ss malt ingefær

¼ ss malt nellik
1 ss natron
2 egg, sammenvispet
700 g hvetemel
250g smør, i terninger

Melisglasur

500g siktet melis
2 eggehviter
2 ss sitronsaft (ca)

Slik gjør du

Deigen

Ha sukker og sirup i en kjele og gi det hele et forsiktig oppkok.

Tilsett kanel, malt ingefær og nellik. Rør godt sammen. Dersom du også ønsker pepper i kakene, kan du i tillegg tilsette 1/2-1 ts malt pepper.

Rør inn natron i sirupsblandingen og rør det godt sammen.

Blandingen blir nå lysere og eser litt.

Hell den varme sirupsblandingen over det kalde smøret. Rør til alt smøret er smeltet og blandingen er kald. Bruk gjerne kjøkkenmaskin med K-spade.

Visp sammen eggene og rør inn i blandingen. Tilsett hvetemelet, litt etter litt, til du får en jevn og relativt fast deig. Bruk heller for lite mel enn for mye, og juster etterhvert. Blir deigen for løs kan du eventuelt elte inn litt mer mel når du skal kjevle ut pepperkakene.

Sett deigen i kjøleskapet i minst 2 timer, men gjerne over natten.

Baking og steking

Ha deigen på lett melet bakebord, del den opp i flere mindre biter, kjevle ut og stikk ut pepperkaker i ulike fasonger.

Legg pepperkakene forsiktig på bakepavirkledd bakebrett. Pass på at kakene er omtrent like tykke og store. Stek pepperkakene ved 200 grader (over- og undervarme), midt i ovnen, til de er ferdigstekt.

Ca 5-8 minutter. Følg med mot slutten av steketiden.

Pynt

Pynt gjerne pepperkakene med melisglasur og for eksempel Smarties, Non stop og sølvkuler.

Lag melisglasur ved å kjøre den siktete melisen og eggehviten et par minutter i en kjøkkenmaskin. Tilsett sitronsaft til glasuren har fått ønsket konsistens – og kjør den deretter i ca. 1 minutt.

Ukens fortelling: Leo Tolstojs fortelling «Pappa Panovs store dag»

Hentet fra boken «Engelen ved Apalstupet»



Det var julaften, og selv om det fortsatt var ettermiddag, begynte lysene å tennes i butikkene og husene i den lille russiske landsbyen, for den korte vinterdagen var nesten over. De oppspilte barna løp inn i husene. Bare dempete lyder av prat og latter trengte ut gjennom de stengte vindusskoddene.

Gamle Pappa Panov, landsbyens skomaker, gikk ut fra verkstedet sitt for å ta seg en siste kikk utenfor. De lykkelige lydene, de glade lysene, de svake, men deilige duftene av julemat minnet ham om fortidens juler da hans kone levde og barna var små. Nå var de borte alle sammen.

Ansiktet hans, som ellers pleide å se så muntert ut med små smilerynker bak de stålinnfattede brillene, så trist ut nå. Men han gikk bestemt inn igjen, stengte skoddene og satte over en kanne te på vedkomfyren. Så sank ha

med et sukk ned i den store lenestolen.

Pappa Panov pleide ikke å lese så ofte, men denne kvelden tok han fram den store, gamle familiebibelen, og leste om igjen juleevangeliet mens han fulgte radene med den ene pekefingeren. Han leste om hvordan Maria og Josef, slitne etter den lange vandringen til Betlehem, ikke fikk noe rom i herberget. Derfor ble Marias barn født i stallen.

«Kjære vene!» Utbrøt Pappa Panov. «Hvis de bare hadde kommet hit! De skulle ha fått sove i min seng, og jeg kunne lagt lappeteppet mitt over barnet så han ble varm.» Pappa Panov leste videre om de tre vise menn som kom for å se Jesusbarnet og gi ham kostbare gaver. Pappa Panov så bekymret ut.

«Jeg har ingenting jeg kunne ha gitt ham, tenkte han trist.» Men så lyste han opp. Han la fra seg Bibelen, reiste seg og strakte de lange armene mot hyllen høyt oppe i det lille rommet. Han tok ned en liten, støvete eske og åpnet den. Der lå det er par veldig fine små lærsko. Pappa Panov smilte fornøyd. Ja, de var like fine som han husket dem – de beste skoene han noen gang hadde laget. «Disse ville jeg ha gitt ham», sa han bestemt og la dem forsiktig til side igjen før han satte seg ned.

Han følte seg trøtt nå, og jo mer han leste, desto søvnligere ble han. Bokstavene begynte å danse foran øynene på ham, så han lukket øynene, bare for et lite øyeblikk. I samme sekund sov Pappa Panov dypt.

Mens han sov, drømte han. Han drømte at det var noen i rommet, og han visste med en gang, som man gjør i drømmer, hvem det var. Det var Jesus. «Du har ønsket å treffe meg, Pappa Panov», sa han vennlig. «Se da etter meg i morgen. Det er første juledag, og da kommer jeg til deg. Men se nøye etter, for jeg forteller ikke hvem jeg er.»

Da Pappa Panov til slutt våknet, ringte kirkeklokkene og et blekt lys sivet inn gjennom skoddene. «Du store min!» sa Pappa Panov. «I dag er det jul!»

Han reiste seg opp og strakte på seg, for han var blitt støl. Og ansiktet han ble fylt av lykke da han husket drømmen. Dette skulle tross alt bli en helt spesiell jul, for Jesus skulle komme og hilse på han. Hvordan ville han se ut? Ville han være et lite barn, som den aller første julen? Eller ville han være en voksen mann, en snekker – eller den store kongen som han egentlig er, Guds sønn? Han måtte virkelig holde øynene åpne hele dagen, slik at han kjente ham igjen, i hvilken skikkelse han enn kom.

Pappa Panov satte over en ekstra kanne te til julefrokosten, åpnet skoddene og tittet ut gjennom vinduet.

Gaten var tom, ingen var oppe ennå. Ingen andre enn gatefeieren. Han så skitten og stakkarslig ut som vanlig, det var vel ikke annet å vente! Hvem ville vel arbeide når det var jul – en sånn disig, iskald morgen?

Pappa Panov åpnet døren, og et kaldt vindpust strømmet inn. «Kom inn!» ropte han muntert

tvers over gaten. Kom inn og drikk litt varm te mot kulden!

Gatefeieren kikket opp, han trodde knapt sine egne øyne. Overlykkelig satte han fra seg kosten og gikk inn i det varme rommet. Det dampet av de gamle fillene hans i varmen fra ovnen, og mens han drakk, holdt han begge de røde hendene rundt den herlig varme koppen.

Pappa Panov så fornøyd på ham, men innimellom ble blikket hans trukket mot vinduet. Han måtte jo ikke gå glipp av den viktige gjesten. «Venter du besøk?» spurte gatefeieren til slutt. Da fortalte Pappa Panov om drømmen sin. «Å, ja, jeg håper han kommer», sa gatefeieren, «du har gitt meg en glede. Denne julen som jeg aldri hadde ventet meg. Jeg synes du fortjener å få drømmen din oppfylt.» Han smilte faktisk.

Da han hadde gått, satte Pappa Panov på litt kålsuppe til middag. Etterpå gikk han til døren igjen og tittet ut på gaten. Han så ingen. Men det *var* faktisk noen som kom.

Jenta gikk stille og forsiktig og holdt seg tett inntil husveggen. Derfor tok det en stund før han oppdaget henne. Hun så veldig sliten ut, og hun bar på noe. Da hun kom nærmere, så han at det var en baby, pakket inn i et tynt sjal. Det hvilte et sånt vemod over ansiktet hennes og over babyens lille sammenknepne munn, at Pappa Panovs hjerte åpnet seg mot dem. «Vil dere ikke komme inn?» ropte han og gikk ut for å møte dem. «Dere trenger begge varme og hvile.»

Den unge moren lot ham lede henne inn til den gode lenestolen. Hun sukket dypt av lettelse. «Jeg varmer litt melk til den lille», sa Pappa Panov. «Jeg har hatt barn selv – jeg kan mate henne for deg.»

Han tok melken fra ovnen og matet babyen forsiktig med en skje, samtidig som han varmet de små føttene hennes ved ovnen. «Hun trenger et par sko», sa skomakeren. Men jenta svarte: «Jeg har ikke råd til å kjøpe sko, jeg har ingen mann som forsørger meg. Jeg er på vei til neste landsby for å prøve å få en jobb.»

En plutselig tanke kom til Pappa Panov. Han husket de små skoene han hadde funnet fram kvelden før. Men de hadde han spart til Jesusbarnet. Han så på de små kalde føttene igjen og bestemte seg. «Prøv disse på henne», sa han og rakte babyen og skoene til mammaen. De vakre små skoene passet perfekt. Jenta smilte lykkelig og babyen gurglet av glede. «Du har vært så snill mot oss», sa jenta da hun reiste seg for å gå videre med det lille barnet sitt. «Jeg håper du får oppfylt alle juleønskene dine!»

Men Pappa Panov begynte å lure på om hans helt spesielle juleønske virkelig skulle gå i oppfyllelse. Tenk om han hadde gått glipp av gjesten sin? Han kikket ivrig i begge gatens retninger. Det var mange som var ute nå, men han så bare kjente ansikter. Det var naboene som skulle hilse på slektningene sine. De nikket og smilte og ønsket ham God jul! Og så var det tiggere – og Pappa Panov skyndte seg inn for å hente varm suppe og et stort

stykke brød til dem. Og så var han raskt ute igjen, så han ikke skulle gå glipp av den viktige fremmede.

Altfor snart falt vintermørket på. Da Pappa Panov gikk til døren neste gang for å se ut, kunne han ikke lenger se hvem det var som gikk forbi. De fleste var hjemme og innendørs på denne tiden. Til slutt gikk han langsomt tilbake til rommet sitt, stengte skoddene og satte seg trøtt ned i lenestolen.

Da var det likevel bare en drøm.

Jesus hadde ikke kommet.

Men så merket han plutselig at han ikke lenger var alene i rommet.

Det var ingen drøm, for han var lys våken. Først syntes han at han så en lang rekke med de menneskene som hadde kommet til ham den dagen. Igjen så han den gamle gatefeieren, den unge moren med barnet, og tiggerne han hadde gitt mat. Mens de gikk forbi ham, hvisket de: «Så du ikke *meg*, Pappa Panov?» «Hvem er du?» ropte han forbauset. Da svarte en annen stemme ham. Det var stemmen fra drømmen – Jesu stemme. «Jeg var sulten, og du ga meg mat, sa han. Jeg var naken, og du ga meg klær. Jeg frøs, og du varmet meg. Jeg kom til deg i dag som hver og en av dem du hjalp og tok imot.»

Så ble alt stille. Bare lyden av den store klokken tikking kunne høres. En stor fred og lykke fylte rommet, og Pappa Panovs hjerte strømmet over så han ville synge og le og danse av glede.

Tenk at han kom likevel! var det eneste han sa.

Utfyllende innhold til kalenderen

Her finner du informasjon om hvordan du kan lage en adventskalender basert på adventspakken og litt om noen av aktivitetene vi har foreslått. Denne uken har flest «juleverksted»-aktiviteter.

Lag derfor bare det der har tid til, eller lag noe av det i en uke dere har bedre tid.

Lag en liten julekrybbe

Det finnes mange slags julekrybber å få kjøpt, men kanskje kan det være litt ekstra gøy å lage sin egen? Den julekrybben vi foreslår kan stå slik den er eller settes ned i et fint syltetøyglass med f.eks. sukker (eller noe annet mykt) i bunnen. Det kan se veldig pent ut i f.eks. et lite Norgesglass hvis du har det, men kan også settes i en skål, eller lignende.



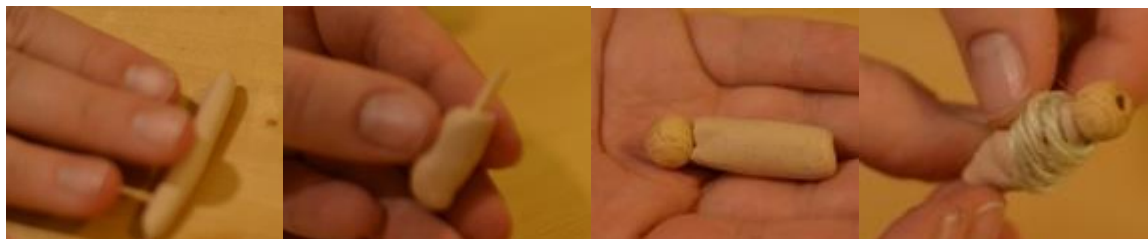
Utstyr

To kongler,
Tre kuler (f.eks. trekuler)
Fimoleire eller annen leire
Hyssing,
Fyrstikk,
Striestoff eller lignende
Litt blått stoff
Gummistrikk
Halm eller lignende
Gullstjerne
Ståltråd
Lim
Sukker
Glasskål eller syltetøyglass

Slik gjør du

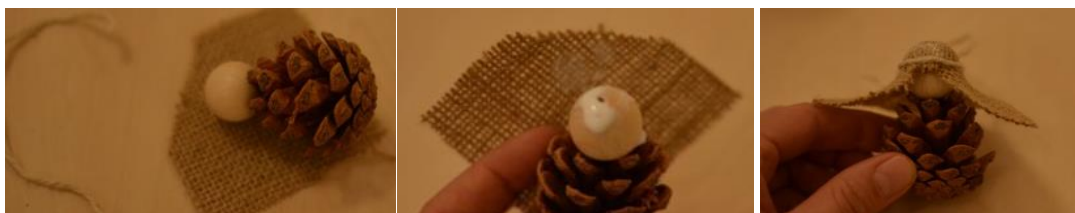
Jesusbarnet

Rull fimoleira til en liten pølse. Stikk fyrstikkbiten ned i toppen på pølsen. Fest trekulen på fyrstikken. Snurr den lange hyssingtråden rundt kroppen til Jesusbarnet. Legg halmen i en liten haug til krybbe (kan evt. legge litt kvist nederst).



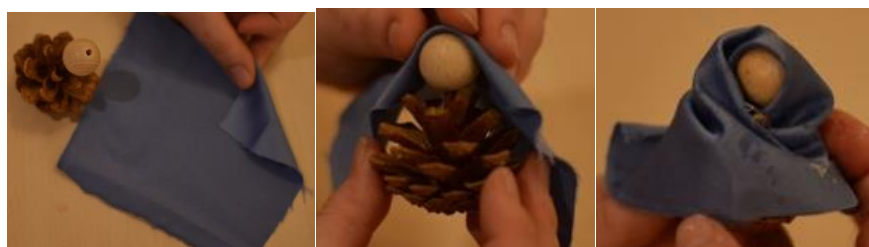
Josef

Fest kula på konglen (noen har fått trekule til dette, andre har fått ekstra fimoleire. De kan trille en kule til hode).
Ta litt lim på toppen av hodet og sett på striestoffet. Hold fingeren på hodet til det begynner å tørke. Knyt hyssingen rundt hodet. Dette kan være litt vanskelig, så få gjerne hjelp av en voksen.



Maria

Fest kula på konglen (noen har fått trekule til dette, andre har fått ekstra fimoleire. De kan trille en kule til hode).
Brett inn det ene hjørnet på det blå stoffet. Ta litt lim på toppen av hodet. Legg stoffet på hodet som vist nedenfor. Brett hjørnene av stoffet rundt Maria. Sett gjerne en gummistrikk rundt kroppen til Maria til limet har festet seg.



Stjernen

Tre ståltråden gjennom gullstjernen slik at gullstjernen er midt på tråden. Legg ståltråden dobbelt og tvinn den sammen. Bøy endene utover, slik at den vil klare å stå av seg selv i sukkeret.

Montering

Hell sukker i en glasskål, et stort syltetøyglass, eller på et fint fat. Sett Josef, Maria, Jesusbarnet på toppen og stikk ståltrådfoten med stjerna ned i sukkeret.

Lage adventskalender

Hvis dere ønsker, kan dere lage en adventskalender. Vi har lagt ved et forslag til en kalender med 30 aktiviteter dere kan velge mellom. Vi har også lagt ved blanke lapper, slik at dere kan skrive inn egne forslag. Fyll gjerne inn aktiviteter dere likevel gjør i adventstiden, slik at det ikke blir stressende å gjennomføre.

Finn ut hvilke av aktivitetene som passer for dem som skal ha julekalenderen.

Klipp ut de aktuelle aktivitetene. Klipp ut nummerlappene.

Fest nummerlappene over aktivitetslappene. Tips: Se på kalenderen og finn ut hvilken dag det kan passe å gjøre de ulike aktivitetene slik at det kan la seg gjennomføre. Vi har lagt ved rød hyssing dere kan bruke til å feste sammen nummerlappen og aktivitetslappene.

Dersom kalenderen skal være en overraskelse lager kanskje de voksne kalenderen. Hvis den ikke skal være det, kan barna være med på å bestemme når de ulike aktivitetene skal være. Slik kan de også ha noe å glede seg til.

Lage julekort

Denne uken foreslår vi å lage julekort en dag, og gi julekort til naboen (eller noen du ikke kjenner) en annen dag.

Bruk det dere har hjemme av papir, fargeblyanter, maling eller tusj, til å lage julekortene.

Det er ikke sikkert alle får like mye oppmerksomhet i julen. Å gi et julekort kan være en fin måte å spre litt glede og omsorg i adventstiden. Kanskje er det ekstra spennende å gi et julekort til noen som ikke forventer det.

Drikke kakao

Vi har lagt ved «Rudolf-kakao» i adventspakken. Sett av litt tid til å drikke den, mens dere har adventsstund, leser en fortelling eller slapper av. Kanskje dere kan finne noen minutter til ro og refleksjon rundt adventstiden. Hva er det egentlig vi venter på?

Andre søndag i advent

6. desember 2020

St. Nickolus-dagen

Bibelfortelling

Markus 6:30-44

Bilde

Når dere har gjort dagens aktivitet, kan en i familien klippe ut dette bildet og henge det opp f.eks. på kjøleskapet. Slik kan familien sammen se, huske og snakke om det som har skjedd.



Adventsstund

Utstyr

Fire lys, gjerne lilla/fiolette i en adventskrans eller lignende

Fyrstikker

En bibel eller det nye testamentet hvis dere vil lese bibelteksten fra Markusevangeliet.

Du finner sangene til adventsstunden på spillelisten «Fra advent til jul 2020» på Spotify. Det kan være vanskelig å finne listen i appen, men det ligger en link til spillelisten på hjemmesiden vår!

Passer for

Alle aldre

Hvorfor

De fire lysene i adventskransen er en påminnelse om de mange lysene i julen, og vi teller ned til jul med å tenne det lysene i adventskransen. Hvis det får det til, kan dere tenne de to lysene hver dag den andre uken og samtidig synge to vers av en adventssang.

Hvordan

Dere vet selv hvordan en adventsstund best fungerer i deres familie. Her er noen forslag til hvordan det kan gjøres, og så kan dere bruke det som passer best for dere!

1. Tenning av adventskransen

Noen tenner de to første lysene i adventskransen mens dere synger to vers av «lysteningssangen».

Vi har foreslått denne:

29 Tenn lys



Tenn lys! Et lys skal bren-ne for den-ne lil-le
jord, den blan-ke him-mel-stjer-ne der vi og al-le
bor. Må al-le de-le hå-pet så go-de ting kan
skje. Må jord og him-mel mø-tes. Et lys er tent for det.

Tenn lys!

To lys skal skinne for kjærlighet og tro,
for dem som viser omsorg og alltid bygger bro.
Må fanger få sin frihet og flyktninger et hjem.
Tenn lys for dem som gråter
og dem som trøster dem.

2. Bibelfortellingen og litt om dagen

I år faller andre søndag i advent på 6. desember, St. Nikolaus-dagen. Fortellingen om biskopen St. Nikolaus kan dere lese som ukens fortelling. Det er faktisk fra ham, biskopen som levde på 300-tallet, at tradisjonen med julegaver til barn skal stamme fra! Etter reformasjonen på 1500-tallet, flyttet skikken med gaveutdeling seg fra helgendagen 6. desember og til julaften. Dette startet i protestantiske deler av Tyskland og spredte seg senere til Norge.

Noen sier at Jesus er den aller fineste julegaven vi mennesker kan få. Noen er opptatt av at vi, når vi gir hverandre gaver, viser hverandre kjærlighet – slik som Jesus viste kjærlighet til dem ham møtte (Markus 6:30-44). Hvem vil du gi julegave til år? Kanskje til familie og venner? Kanskje er vet du om noen som kunne trenge en ekstra liten oppmuntring og som vil bli ekstra glad for en gave?

3. Bønn

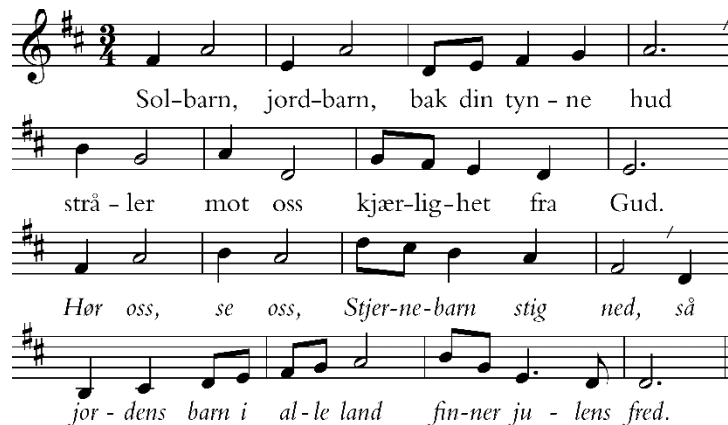
Kirkens Nødhjelp er kirkens organisasjon for nestekjærlighet i verden. Hver søndag forslår vi å ta med en bønn formulert av Kirkens Nødhjelp i adventsstunden. Det kan minne oss at kjærligheten Jesus har vist oss gjelder alle mennesker i verden. Kanskje er det også andre bøønner dere vil be eller noe dere vil be om? Gjør det som passer for dere!

Alle mennesker trenger vann for å leve! Kirkens Nødhjelp jobber for at alle mennesker i verden skal få tilgang på rent vann. La oss be:

*Takk for det livgivende, livsviktige vannet!
Vi ber om at alle barn skal få drikke seg utørste og holde seg rene,
og at ingen skal gå i timevis for å hente vann. Amen.*

4. Sang

26 Solbarn, jordbarn



Sol-barn, jord-barn, bak din tyn - ne hud
strå - ler mot oss kjær - lig - het fra Gud.
Hør oss, se oss, Stjer - ne - barn stig ned, så
jor - dens barn i al - le land fin - ner ju - lens fred.

Flyktning, krigsbarn, hjemløs og forlatt,
misbrukt, skadet i den dype natt.

Hør oss, se oss, Stjernebarn stig ned,
så jordens barn i alle land finner julens fred.

Glemt barn, skremt barn, med sitt såre sinn,
ingen merker tåren på dets kinn.

Hør oss, se oss, Stjernebarn stig ned,
så jordens barn i alle land finner julens fred.

Bortskjemt, ensomt barn som vil ha mer,
trosbarn, Guds barn, håper, venter, ber.

Hør oss, se oss, Stjernebarn stig ned,
så jordens barn i alle land finner julens fred.

Håpsbarn, fredsbarn, Barn fra evighet,
vis hvert jordbarn himlens herlighet.

Hør oss, se oss, Stjernebarn stig ned,
så jordens barn i alle land finner julens fred.

Andre uke i advent

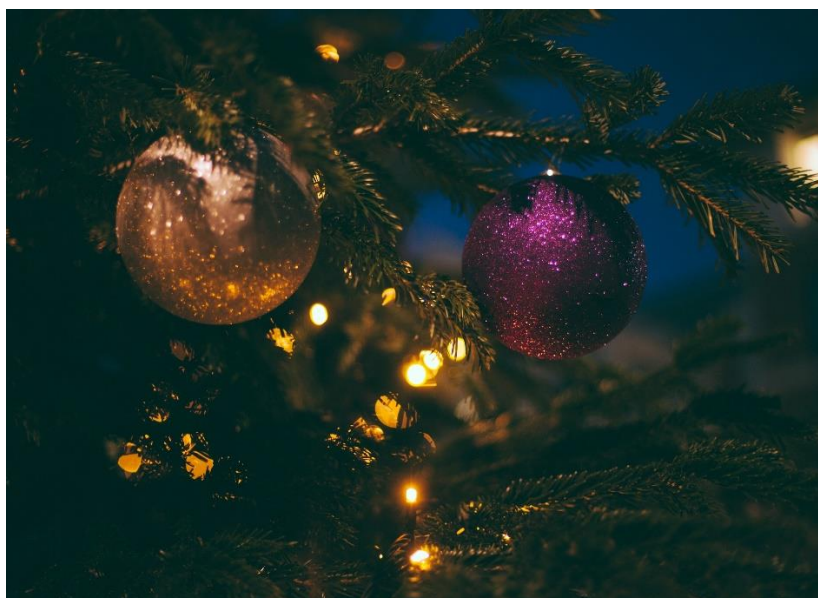
6. – 12. desember 2020

Ukens julepynt: Julekuler

Utenfor Grefsen kirke har vi laget en stall. Alle som vil kan fylle stallen med julepynt. Hver uke har vi et forslag til julepynt som dere kan lage og henge opp utenfor kirken. Dere bestemmer selvfølgelig hva dere vil lage når og hvordan dere vil henge det opp. Vi gleder oss til å se stallen foran kirken og hvordan den blir vakrere og vakrere hver uke – med julepynt fra dere!

Bilde

Når dere har gjort dagens aktivitet, kan en i familien klippe ut dette bildet og henge det opp f.eks. på kjøleskapet. Slik kan familien sammen se, huske og snakke om det som har skjedd.



Julekuler

Kulene er et symbol for verden. Gud har omsorg for jordkloden vår og julens budskap er for alle mennesker i hele verden.

Julekulene på juletreet kan både minne oss om at vi hører sammen med mennesker i hele verden, at Gud elsker alle og vårt ansvar for jorden og skaperverket.

Julekuler av garn

Utstyr
Vannballong
Tråd
Olivenolje

Lim (du kan bruke flytende hobby-lim)
Istedenfor lim kan du bruke en blanding av sukker, vann og mel.

Passer for
Alle aldre

Fremgangsmåte med sukker og melblanding

Blås først opp vannballongen til en liten kule,
og knytt en knute med enden.
Vannballonger er veldig harde å blåse opp, så
be en voksen gjøre det for deg.

Rør ut 2 deler sukker i 1 del vann. - 2 dl sukker
i 1dl vann. Det må varmes i en kjele, så alt
sukkeret smelter. La det kjøle seg ned før du
fortsetter.

Rør inn 1-2 ss hvetemel, så blandingen får mer
klistrete og kleber seg lettere til tråden

Smør olivenolje på ballongen.

Dypp tråden i blandingen.

Surr tråden rundt ballongen.

La det tørke i et døgn til det er helt stivt og
tørt.

Stikk så hull i ballongen, og dra den forsiktig
ut.

Fremgangsmåte med hobby-lim

Blås opp ballongen til en fin liten kule og knytt
knute med enden.

Dypp tråden i limet.

Smør olivenolje på ballongen.

Snurr tråden med lim rundt ballongen.

La det tørke ett døgn til det er helt stivt og
tørt.

Stikk så hull på ballongen, og dra den forsiktig
ut.



Vi har laget en stall til vår julekrybbe ved kirka. Kom gjerne til kirken og heng opp kulen i stallen, så
pynter vi rundt krybben til jul. Vi henger opp tråd du kan feste kulen i.

Klarer vi å fylle stallen med julekuler?

Ukens oppskrift: Karameller

Denne oppskriften på fløtekarameller er fra meny.no. Kanskje har dere en egen oppskrift dere liker, eller dere pleier å kjøpe en deig: Gjør det som er gøyest for dere og deres familie!

Pakk gjerne karamellene inn – kanskje det kan bli en fin gave til venner eller naboer?

Bilde

Når dere har gjort dagens aktivitet, kan en i familien klippe ut dette bildet og henge det opp f.eks. på kjøleskapet. Dette bildet er hentet fra oppskriftssiden på meny.no



Passer for

Alle aldre, men egner seg kanskje best for litt eldre barn?

Dette trenger du

- 100 g smør
- 2 dl fløte
- 100 g sukker
- 1 dl lys sirup
- 1 ts vaniljesukker

Tips: Tilsett mandler, nøtter eller kokos når karamellen er ferdig kokt, for å gi karamellene tekstur og en litt annerledes smak.

Slik gjør du

Kle en liten firkantet form med bakepapir.

Varm opp smør, fløte, sukker, sirup og vaniljesukker over svak varme og rør til sukkeret er oppløst.

La blandingen småkoke til noen dråper av massen får myk, karamellkonsistens når den dyppes i kaldt vann. Har du temperaturmåler beregnet på varmt sukker kan du bruke denne. Massen skal da være ca. 121 grader. TIPS: Du kan bestemme karamellens konsistens ved å enten ta den av før den blir 121 grader, eller ved å varme den ytterligere. Ved 120 grader vil du få en meget myk karamell. Ved 123 grader får du en hardere konsistens og ved 130 grader får du knekk.

Lager du myk karamell kan denne skjæres når den er avkjølt. Skal du ha fastere/hardere konsistens kan det lønne seg å skjære spor dypt i karamellen når den er rundt 45 grader.

Ukens fortelling: Fortellingen om St. Nikolas

Fritt etter tradisjonen om biskop Nicolaus av Patara

Det finnes mange fortellinger om Sant Nikolas. Han var fra byen Patara og var biskop i Myra, et område som i dag tilhører Tyrkia. Det er mange fortellinger om at biskopen Nikolas kom med hemmelige gaver til fattige. Han brydde seg om dem og viste dem omsorg.

Etter at biskop Nikolas var død, ble han helgenkåret av den katolske kirken og da fikk han sin egen helgendag: 6. desember!

Som biskoper gjorde på den tiden gikk han i rød bispekåpe, og siden han fra før het Nikolas, ble han da kalt Sankt Nikolas. Det skal være denne biskopen som skal være utgangspunktet for julenissen som kommer med gaver; han som i USA blir kalt Santa Claus.

Nedenfor er en av historiene om Nikolas gjenfortalt, men det finnes mange flere og ulike historier om Nikolas. Noen av fortellingene finner dere illustrert blant annet i boken «Nikolas av Patara» som er skrevet av Ivar Skippervold. Den kan leses digitalt på Nasjonalbiblioteket!



Det var en gang en mann som hadde alt han kunne ønske seg. Han levde for 1700 år siden, på trehundertallet, i en by som het Patara. Mannen bodde sammen med kona si og tre døtre. De tre døtrene var utrolig vakre. Den ene vakrere enn den andre. De lignet sin mor, sa folk.

De vakre døtrene hans hadde forlovet seg alle tre. De var lovet bort – hver til sin mann. Dette er jo mange år siden, og da var det slik, at når noen skulle gifte seg, så skulle faren til jenta betale gutten noe når han giftet seg med dattera hans. Det kalles medgift. Slik var det også med forlovelsene til de tre jentene. De var forlovet, og faren lovet å gi penger til han som giftet seg med dem.

Jentene gledet seg. Så skjedde det noe. Jeg vet ikke hva som skjedde, men noe var det, for den lykkelige mannen som hadde alt han ønsket seg, mistet pengene og rikdommen sin. Han og hele familien hans ble fattige.

De tre jentene som gledet seg til å gifte seg med de som de var glad i, ble bekymret – for nå hadde ikke faren noen medgift å gi mannen sin! Det var ingen penger og rikdom igjen. De kunne ikke gifte seg som planlagt, og faren selv kunne heller ikke selv forsørge dem. I stor sorg ble det bestemt at jentene, når det fylte atten år, måtte flytte ut på gaten. Faren så ingen annen utvei. Hver av døtrene måtte flytte ut den dagen de ble gamle nok.

Kvelden før bursdagen sin la den eldste datteren seg mens hjertet banket. Dagen etter ville hun bli atten år og da var hun så gammel at hun måtte flytte. Hun gruet seg fryktelig og hun var redd for hvordan det nye livet ville bli.

Da morgenen kom, kjentes det som om hun ikke hadde sovet hele natten. Men hun måtte ha sovnet, for akkurat da hun svingte bena ut av senga og satte bena i gulvet, fikk hun øye på noe: En stor sekk med penger! I løpet av natten hadde noen kastet den inn gjennom det åpne vinduet hennes!

Hun ropte på faren og han kom stormende inn. Sammen telte de pengene. Det var nøyaktig den summen faren hadde lovet henne som medgift. Mannen ble overlykkelig over den hemmelige gaven og datteren fikk gifte seg med han hun var glad i.

Året etter fylte søsteren atten år. Heller ikke hun sov mye natten før hun skulle ut på gaten.

Men også hun måtte ha sovnet, for i det hun svingte bena ut av senga om morgenen, fikk også hun øye på en stor sekk med penger på gulvet! Også denne gangen inneholdt sekken akkurat nok penger til medgiften. Den andre datteren fikk gifte seg med mannen hun var forlovet med.

Da den yngste datteren året etter fylte atten, gjemte faren seg utenfor vinduet hennes. Han ville så gjerne få takket den personen som hadde gitt hans to eldste døtre muligheten til å gifte seg!

Han håpet at han fikk sjansen til å takke giveren – om han bare kom tilbake denne natten?

Men mannen så ingen og da datteren svingte bena ut av senga om morgenen, så hun ingen sekk med penger. Hun begynte å samle sammen de klærne hun hadde gjort klare for å flytte.

Kvelden før hadde den yngste datteren hengt fra seg strømpene sine ved peisen. De hadde vært våte, så hun ville tørke dem der om natten. I det hun tok strømpene ned fra peisen, oppdaget hun noe: I den ene strømpen lå det penger. Akkurat nok til hennes egen medgift!

Utfyllende innhold til kalenderen

Tre av aktivitetene denne uken handler om å spre glede og kjærlighet. Så anbefaler vi også en julefilm som handler om å dele av det vi har. Kanskje finner dere noe fint og gøy å gjøre denne uken?

Spre glede til noen slik som Sant Nikolas

De aller fleste gleder seg til jul og julegaver. Men mange har ikke så mange penger å kjøpe julegaver for. Kanskje du har noe du kan gi bort til jul?



Utstyr

En leke du vil gi bort

Gavepapir

Saks

Tråd/silkebånd/gavebånd

Tape

Lapp til gaven

Penn eller tusj

Passer for
Barn i alle aldre

Slik gjør du

Finn frem noe du kan tenke deg å gi bort, f.eks. en leke. Pakk inn gaven.

Finn frem en lapp. På lappen skriver du hvor gammel den som skal få gaven skal være. Passer gaven f.eks. best til en treåring eller en tolvåring? Hvis det er naturlig, kan du også skrive om gaven passer best til en gutt eller jente.

Lever pakken i stallen i kirken før den 15. desember, så vil vi levere den til Oslo Krisesenter.

Er det vanskelig å finne noe å gi bort, kan du f.eks. lage en tegning eller skrive en hilsen til barn som må være på sykehuset i julen. Dette kan leveres i postkassen som er brevsprekken på døren på baksiden av kirken, ved kontorene, så overlever vi brevene til barneavdelingen ved sykehuset.

Spre glede til fuglene!

Meiseboller er populær mat for spurv og meis om vinteren! Det går an å kjøpe den i butikken, men kanskje enda gøyere å lage en selv!?



Utstyr

250 g Delfiafett/Flottfett

150 g Hvetemel (gjerne grovt)

250 g villfugblanding evt. usaltete nøtter, havregryn, tørket frukt, andre frø

Pepperkakeformer eller andre beholdere som melkekartong, kopp, skål eller lignende. Hvis du bruker pepperkakeformer, legger du formene på et brett med bakepapir.

Passer for

Alle aldre, men voksne må passe på det varme fett!

Slik gjør du

Smelt fett, på lav/middels varme. Kjøøl ned før du blander inn tørrvarer, slik at ikke frøene blir fritert. Ha i frø. Rør det hele sammen og la det stå på benken til det har kjølna nok til at fett har begynt å sette seg.

Bruk pepperkakeformer eller andre beholdere (melkekartong, kopp, skål osv.) til å lage selve meisebollene med.

Tøm litt av blandingen i formen.

Legg hyssing eller bånd ned i formen, gjerne i en krøll/bøy, så sklir den ikke ut. Meisebollene spises vanligvis opp ovenfra, så la båndet gå langt ned.

Tøm i mer masse til det er fullt. Pass på at du får fylt helt ut i alle hjørner.

Sett brettet eller formene i kjøleskapet eller i fryseren til massen er helt stiv. Dette tar ca. en natt i kjøleskapet og minst to timer i fryseren.

Bruk fingrene til å varme opp formen litt, før du løsner meisebollen fra formen. Dytt den forsiktig ut. Har du en form med bunn så kan du dyppe den i varmt vann for å få den til å løsne.

Heng meisebollene rett ut, eller lagre de for senere bruk. Dersom de lagres må de lagres kjølig.

[Se en julefilm sammen](#)

Det er mange fine julefilmer som passer for ulike aldersgrupper. Denne uken foreslår vi å se filmen «A Christmas Carol». Det er en film som finnes i veldig mange ulike varianter. De er alle sammen bygget på Charles Dickens julefortelling «A Christmas Carol» som ble utgitt i 1843.

For noen er det kanskje bedre å lese fortellingen? Den kan lånes på biblioteket.



Utstyr

Disney sin filmatisering av «A Christmas Carol» fra 2009 kan leies på Viaplay eller AppleTV – eller strømmes på Disney Plus.

Passer for

Filmen har aldersgrense 7 år

Tredje søndag i advent

13. desember 2020

Lucia-dagen

Bibelfortelling

Jesaja 9, vers 2 og 6 og Johannes 1:1-10

Bilde

Når dere har gjort dagens aktivitet, kan en i familien klippe ut dette bildet og henge det opp f.eks. på kjøleskapet. Slik kan familien sammen se, huske og snakke om det som har skjedd.



Adventsstund

Utstyr

Fire lys, gjerne lilla/fiolette i en adventskrans eller lignende

Fyrstikker

En bibel hvis dere vil lese bibelteksten fra Jesaja.

Du finner sangene til adventsstunden på spillelisten «Fra advent til jul 2020» på Spotify. Det kan være vanskelig å finne listen i appen, men det ligger en link til spillelisten på hjemmesiden vår!

Passer for

Alle aldre

Hvorfor

De fire lysene i adventskransen er en påminnelse om de mange lysene i julen, og vi teller ned til jul med å tenne de lysene i adventskransen. Hvis det får det til, kan dere tenne de tre lysene hver dag den tredje uken og samtidig synge tre vers av en adventssang.

Hvordan

Dere vet selv hvordan en adventsstund best fungerer i deres familie. Her er noen forslag til hvordan det kan gjøres, og så kan dere bruke det som passer best for dere!

1. Tenning av adventkransen

Noen tenner de tre første lysene i adventskransen mens dere synger tre vers av «lysteningssangen». Vi har foreslått denne:

29 Tenn lys



Tenn lys! Et lys skal bren-ne for den-ne lil-le
jord, den blan-ke him-mel-stjer-ne der vi og al-le
bor. Må al-le de-le hå-pet så go-de ting kan
skje. Må jord og him-mel mø-tes. Et lys er tent for det.

Tenn lys!
To lys skal skinne for kjærlighet og tro,
for dem som viser omsorg
og alltid bygger bro.
Må fanger få sin frihet og flyktninger et hjem.
Tenn lys for dem som gråter
og dem som trøster dem.

Tenn lys!
Tre lys skal flamme for alle som må slåss
for rettferd og for frihet.
De trenger hjelp fra oss.
Må ingen miste motet før alle folk er ett.
Tenn lys for dem som kjemper
for frihet og for rett.

2. Bibelfortelling og litt om dagen

Tredje søndag i advent faller i år samtidig med Lucia-dagen, 13. desember. Lucia-feiringen har lange tradisjoner både i vårt land og våre naboland. Fra gammelt av ble natt til 13. desember betegnet som «Lussinatt». Det var en natt da det var særlig mye mørke krefter ute og det finnes mange ulike sagn og fortellinger om dette fra hele landet. På Østlandet var det en tradisjon at en ung jente gikk rundt på gården med lys og noen ganger sang hun: «*Lussinatta lange intet være bange. Gud beskytte gård og grunn, fisk i vann og fugl i lund. Intet være bange Lussinatta lange*».

Mot slutten av middelalderen ble den italienske helgenen Lucia en del av feiring. Hun skal ha hatt en lys i hånden da hun døde og navnet hennes er også avledet av det latinske ordet for lys, lux.

Når vi går Lucia-tog, er det gjerne en som går med en lyskrone og nettopp lysene er en viktig del av Lucia-dagen. I det gamle testamentet står det at det flere steder om hvordan Gud vil sende et stort lys som kan lyse opp for oss når vi har mørke dager (Jesaja 9:2), og i det nye testamentet omtaler Jesus som menneskenes lys (Johannes 1:1-10).

Lyset er symbol for det gode som overviner det onde, mørket. Slik tenker kirken også om det at Jesus stod opp. Jesus er sterkere enn døden – slik som lyset som er sterkere enn mørket.

Er det noe du er glad for som lyser opp dine dager? Kan du gjøre noe som lyser opp for noen i dag?

3. Bønn

Kirkens Nødhjelp er kirkens organisasjon for nestekjærlighet i verden. Hver søndag forslår vi å ta med en bønn formulert av Kirkens Nødhjelp i adventsstunden. Det kan minne oss at kjærligheten Jesus har vist oss gjelder alle mennesker i verden. Kanskje er det også andre bønner dere vil be eller noe dere vil be om? Gjør det som passer for dere!

Vi trenger mat for å leve. Kirkens Nødhjelp jobber for at alle skal få nok mat. La oss be:

*Takk for maten som gjør oss sunne og friske!
Vi ber om at ingen mennesker, voksne eller barn,
skal behøve å gå sultne til sengs om kvelden. Amen.*

4. Sang

Lucia-sangen: Svart senker natten seg

Svart sen - ker nat-ten seg i stall og stu - er.
So - len har gått sin vei, skyg - ge - ne tru - er.
Inn i vårt mør-ke hus sti - ger med ten-te lys
Sanc - ta Lu - ci - a, Sanc - ta Lu - ci - a.
Sanc - ta Lu - ci - a.

Ondskap og mørkets makt, frykten oss binder.
Hvitkledd hun holder vakt, lyset oss finner.
Hør hva hun kommer med: Ordet om julens fred.
Sancta Lucia, Sancta Lucia.

Midt i den mørke natt lysene brenner.
Hun holder lyset frem, håpet det tenner.
I Jesu sterke ord så hun en flamme stor.
Sancta Lucia, Sancta Lucia.

Tredje uke i advent

13. – 19. desember 2020

Ukens julepynt: Stjerner

Utenfor Grefsen kirke har vi laget en stall. Alle som vil kan fylle stallen med julepynt. Hver uke har vi et forslag til julepynt dere kan lage og henge opp utenfor kirken. Dere bestemmer selvfølgelig hva dere vil lage når og hvordan dere vil henge det opp. Vi gleder oss til å se stallen foran kirken og hvordan den blir vakrere og vakrere hver uke – med julepynt fra dere!

Bilde

Når dere har gjort dagens aktivitet, kan en i familien klippe ut dette bildet og henge det opp f.eks. på kjøleskapet. Slik kan familien sammen se, huske og snakke om det som har skjedd.



Stjerner

Den store julestjernen i toppen av juletreet minner oss om det som også kalles Betlehemsstjernen. Dette var en stjerne som skal ha lyst veldig sterkt omkring tiden da Jesus ble født. På den tiden var det mange som så på stjernene og mente at hvis stjernene posisjoner ble tolket riktig, ja så kunne de si noe om det som skjedde på jorden og blant menneskene. En spesielt stor stjerne som ikke noen hadde sett før, mente de at var et tegn på at det var født en ny konge. Noen av disse stjernetyderne, som ble sett på som veldig kloke, fulgte den store stjernen til Jerusalem og senere Betlehem. Der fant de Jesusbarnet. Selv om Jesus ble født i en fattig stall, er han likevel konge og Gud. Du kan lese mer om denne fortellingen i Matteus 2:1-12.

Mye senere har forskere funnet ut at det faktisk var en spesielt sterk stjerne omkring den tiden da Jesus ble født. Det var to stjerner som stod veldig nær hverandre akkurat da, slik at det så ut som en spesielt stor stjerne. Dette kan ha vært stjernen som vismennene så.

Samtidig som stjernene i julen minner om Betlehemsstjernen og vise oss veien til Jesus, så er de også lys. Lyset minner oss også om Jesus, verdens lys som er kommet til oss mennesker (Johannes 1:1-10)

Julestjerner av pinner

Utstyr

Seks pinner som er omtrent like lange
Tråd i tolv biter (ligger i pakken)
Evt. gull- eller sølvspray – eller en annen farge

Passer for

Alle aldre

Slik gjør du

1. Brekk, eller skjære til pinnene så de passer sammen/er omtrent like lange.



2. Legg pinnene i to trekanter og surr sammen hjørnene med tråden vi har lagt i pakken. Pinnene skal stikke litt ut i hvert sitt hjørne



3. Legg de to trekanter oppå hverandre, så det blir en stjerne. Surr de sammen der kvistene krysser hverandre, seks punkt. Knytt en stram dobbeltknote så det ikke løsner. Klipp av trådendene.



4. Da er stjernen klar til å henges opp. Om dere har lyst kan dere bruke spraylakk i gull, sølv eller en annen fargen for å male stjernen. Uten maling har den et veldig fint naturlig uttrykk. Bare se hva du vil og hva dere har utstyr til hjemme!



Vi har hengt opp tråder i stallen ved Grefsen kirke, som du kan henge stjernen opp i. Ta med deg stjernen, så kan den skinne for krybben.

Ukens oppskrift: Lussekatter

Denne oppskriften på lussekatter er fra bloggen «Det søte liv». Med denne oppskriften får du ca. 30 lussekatter. Kanskje har dere en egen oppskrift dere liker? Gjør det som er best for dere!

Saftige og gode lussekatter hører med til Luciadagen, 13. desember. Skikken har flere røtter. En av dem er fra Tyskland på 1600-tallet. Da ble det sagt at djevelen, i form av en katt, ga de slemme barna juling. De snille barna fikk boller av en Kristus-skikkelse, i form av et barn. For å holde den lyssky djevelen unna ble bolledeigen krydret med safran, som gir baksten den karakteristiske gyllengule fargen. Lussekatter inneholder safran, men kan gjerne lages med kardemomme og 1-2 ts gurkemeie for fargen.

Bilde

Når dere har gjort dagens aktivitet, kan en i familien klippe ut dette bildet og henge det opp f.eks. på kjøleskapet.



Passer for

Alle aldre

Dette trenger du

1 liter melk
300 g smør
250 g melis
1 gram malt safran (se tips over)
100 g gjær
1,5 kg hvetemel

Pensling:

1 egg

1 ss melk

Rosiner til pynt

Slik gjør du

Kok opp melk, smør og melis. Ta kjelen av platen og rør i safran.

Avkjøl blandingen til den er fingervarm (37°C - NB! dette tar en stund).

Rør gjæren ut i væsken. Bland i hvetemelet (se tips). Elt deigen til den er smidig.

Hev deigen hvis du ønsker, eller start med en gang med å trille ut deigen og forme Lussekatter.

Legg bollene på bakepapir på stekeplater. La dem heve i 1 time.

Pynt med rosiner og pensle over med egg pisket sammen med litt vann.

Stek bollene midt i ovnen ved 230°C i 7-10 min til bollene er gylne og gjennomstekte.

Ukens fortelling: Selma Lagerlöfs «Den hellige natten»

Denne versjonen er hentet fra boken «Kristuslegender» av Selma Lagerlöf

Det var en juledag. Alle på gården hadde reist til kirke, unntatt farmor og jeg. Vi var alene i hele huset, vi to. Vi hadde ikke fått være med – fordi den ene var for ung og den andre for gammel. Vi var litt lei oss begge to, over at vi ikke hadde fått være med tilottesangen og se julelysene.

Men mens vi satt der i vår ensomhet, tok farmor til å fortelle:



«Det var en gang en mann,» fortalte hun, «som dro ut i den svarte natten for å låne varme. Han gikk fra hus til hus og banket på. 'Kjære, hjelp meg!' tigget han. 'Min hustru har nettopp født et barn, og jeg må gjøre opp varme, så de ikke skal fryse, min hustru og den lille.'»

Men natten var dyp og mørk, og alle mennesker sov. Ingen svarte ham.

Mannen gikk og gikk. Endelig fikk han se et lysskimmer langt borte. Dit gikk han. Det var tent et bål på marken. En hel mengde hvite sauer lå og sov omkring varmen, og en gammel hyrde satt og våkte over hjorden.

Da mannen som ville låne varme, kom frem til saueflokken, så han at tre digre hunder lå og sov ved hyrdens føtter. De våknet alle tre og åpnet de vide gapene som om de ville til å gi hals – men det kom ikke en lyd fra dem. Mannen så at håret reiste seg på ryggene deres, han så at de kvasse tennene skinte farlig hvite i ildskjæret fra bålet og at de kom styrtende mot ham. Han kjente at en av dem bet seg fast i benet hans, den andre i hånden hans og den tredje i strupen. Men hundekjevne og tennene ville ikke lystre dem, mannen gikk ikke den minste skade av det.

Nå ville mannen gå videre for å hente det han var ute etter. Men sauene lå så tett inntil hverandre, rygg mot rygg, at han ikke kunne komme frem. Da steg mannen opp på saueryggene og vandret på dem frem til bålet. Og ikke ett av dyrene våknet eller rørte på seg.»

Så langt hadde farmor fortalt uten å bli forstyrret, men nå kunne jeg ikke la være å avbryte henne: «Hvorfor gjorde de ikke det, farmor?» spurte jeg. «Det får du vite om en stund,» svarte farmor, og så fortsatt hun å fortelle.

«Da mannen var kommet nesten bort til ilden, så hyrden opp. Han var en gammel, gretten mann, uvennlig og hard mot alle mennesker. Da han så den fremmede kommet, rykket han til seg en lang spiss stav, som han brukte å ha i hånden når han vaktet hjorden, og kastet den imot ham. Staven fór

rett mot mannen, så det hvinte i luften. Men før den rakk frem, vek den til siden, suste forbi ham og langt ut på marken.»

Da farmor hadde nådd så langt i fortellingen, avbrøt jeg henne på ny. «Farmor, hvorfor ville ikke kjeppen slå mannen?» Men farmor brydde seg ikke om å svare meg, hun fortsatte å fortelle.

«Nå gikk mannen frem til hyrden og sa til ham: 'Kjære, hjelp meg, og la meg få låne litt varme! Min hustru har nettopp født et barn, og jeg må gjøre opp ild for å varme henne og den lille.'



Hyrden ville nok helst ha svart tvert nei, men da han tenkte på at hundene ikke hadde skadd mannen, at sauene ikke hadde rømt sin vei for ham, og staven hans ikke hadde ville felle ham, ble han redd og torde ikke nekte ham det han ba om.

'Ta så mye du trenger!' sa han til mannen.

Men ilden var nesten brent ut. Det fantes ikke stokk eller kvist tilbake, bare en stor glohaug, og den fremmede hadde verken skyffel eller øse, som han kunne være de røde kullene i.

Da hyrden så det, sa han på ny: 'Ta så mye du trenger!' Og han var skadefro over at mannen ikke kunne bære med seg noen varme.

Men mannen bøyd seg ned, plukket kulle ut av asken med bare hendene og la dem i kappen sin. Og kullene svidde ikke hendene hans da han rørte ved dem, og ikke svidde de kappen hans heller - men mannen bar dem bort som om det hadde vært nøtter eller epler.»

Men her ble historiefortelleren avbrutt for tredje gang. «Farmor, hvorfor ville ikke kullene brenne mannen?»

«Det skal du få høre,» svarte farmor, og så fortalte hun videre:

«Da hyrden, som var slikt et grettent og ondskapsfullt menneske, så alt dette, tok han til å undre seg: 'Hva kan dette være for en natt, siden hundene ikke biter, sauene ikke blir redde, spydet ikke dreper og ilden ikke brenner?' Han ropte den fremmede tilbake og sa til ham: 'Hva er dette for en natt? Og hva kommer det av at alle ting viser deg en slik barmhjertighet?'

Da svarte mannen: 'Jeg kan ikke si deg det, om du ikke selv ser det.' Og han ville skynde seg av sted for å gjøre opp varme for hustruen og barnet.

Men da bestemte hyrden seg for at han ikke måtte tape mannen av syne før han hadde fått rede på hva alt dette underlige betydde. Han reiset seg opp og gikk etter ham, hele veien, inntil han nådde frem dit hvor mannen bodde.

Da så hyrden at mannen ikke hadde så mye som en stue å bo i, men hustruen og barnet lå i en fjellgrotte, der det ikke fantes annet enn nakne, kalde steinvegger.

Men hyrden tenkte som så at kanskje det stakkars, uskyldige barnet kunne komme til å fryse i hjel der i grotten, og enda han var slik en hard mann, ble han rørt og tenkte han fikk hjelpe barnet. Han tok skreppen sin ned fra skulderen, og ut av den trakk han frem et mykt, hvitt saueskinn, ga det til den fremmede mannen og sa at han skulle la barnet sove på det.

Men i det samme han viste at også han kunne være barmhjertig, ble øynene hans åpnet, og han så hva han ikke før hadde kunnet se og hørte hva han ikke før hadde kunnet høre.

Han så at rundt omkring ham stod en tett ring av små engler med sølvvinger. Hver eneste en av dem hadde et strengespill mellom hendene, og alle sammen sang de med høy stemme at i natt var Frelseren født, han som skulle frelse verden fra dens synder.

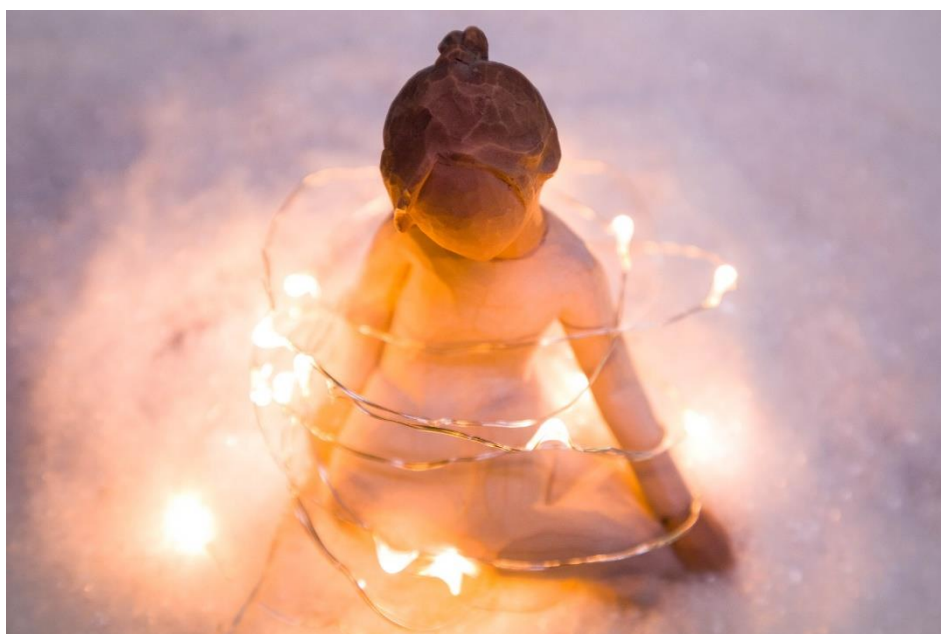
Da forsto han hvorfor alle ting var så glade denne natten, og at de ikke ville gjøre noe vondt.

Og det var ikke bare omkring hyrden at det fantes engler – han kunne se dem overalt. De satt inne i grotten, de satt utenfor fjellet, og de fløy under himmelen. De kom gående på veien i store flokker, og idet de gikk forbi, stanset de og kastet et blick på barnet.

Det var slik en jubel og glede og sang og lek. Og alt dette så han i den mørke natten, der han før ikke hadde lagt merke til noe. Han ble så glad over at øynene hans var blitt åpnet at han falt på kne og takket Gud.»

Men da farmor hadde kommet så langt, sukket hun og sa: «Men det som denne hyrden så, det kan vi også se, for englene flyr under himmelen hver eneste julenatt, om vi bare kunne greie å skimte dem.»

Og så la farmor hånden sin på hodet mitt og fortsatte: «Dette skal du huske, for det er så sant som at jeg ser deg og du ser meg. Det er ikke lys eller lampe det kommer an på, ikke måne eller sol heller. Det som er nødvendig, er at vi eier slike øyne som er i stand til å se Guds herlighet.»



Utfyllende innhold til kalenderen

Her finner dere ulike forslag til aktiviteter. Denne uken handler om hvordan lyset og det gode kan lyse opp for oss og gjøre det lettere å se omkring oss. Vi har lagt ved en Lucia-sang som kanskje er ny for noen?

Lys opp med et Lucia - tog

I år er det mange plasser vi ikke får gått i Lucia, men kanskje kan dere stå opp litt ekstra tidlig og gå Lucia-tog ute?



Utstyr

Hvite klær, kanskje laken eller skjorter f.eks.

Stearinlys eller elektriske lys.

Evt. Aluminiumsfolie

Hvis dere har små lenker med led-lys går det an å bruke det i håret som en slags Lucia-krans.

Passer for

Alle aldre

Slik gjør du

Kle på dere med hvite klær. Kanskje kan det være lurt med varme klær og så et laken eller en stor skjorte utenpå siden årets Lucia blir ute.

Finn frem lysene og tenn evt. de elektriske lysene.

Dersom dere bruker stearinlys kan dere lage små håndtak av aluminiumsfolie. Ta en bit av folien på ca. 15/20 cm i alle retninger. Sett lyset i midten av biten og brett folien omkring den nederste delen av lyset. Hold lyset fast nederst og brett resten av folien over hånden som beskyttelse.

Hvis dere har bakt lussekatter allerede kan dere ta med dem.

Gå ut og syng for naboene – og kanskje kan dere ringe på hos noen dere kjenner?

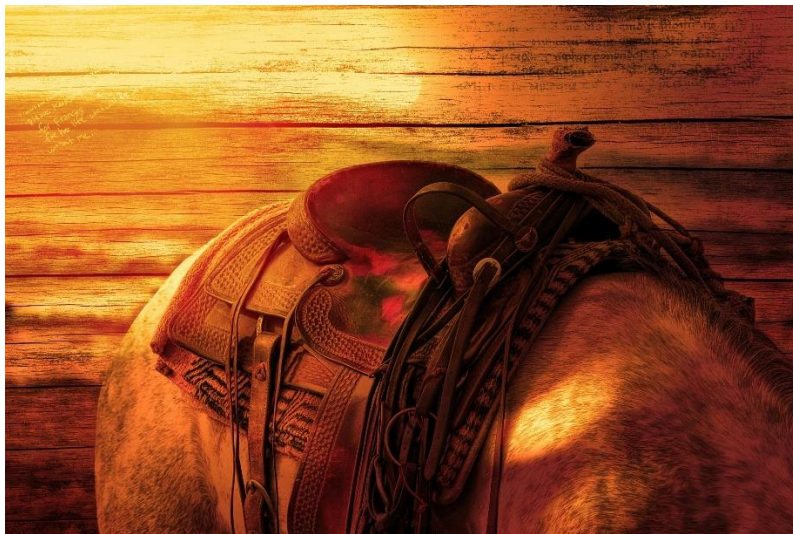
Sang: Staffan var en stalledreng

Den første kristne martyren var Stefanus. Han er omtalt i Apostlenes gjerninger 6 og 7, og hans helgendag er den 26. desember, andre juledag.

Det finnes en legende om Stefanus som sier at han var stallgutt hos kong Herodes. Hans skal ha vært den første som så Betlehemsstjernen og skjønnte hva den betydde. Men Herodes trodde ikke på ham, og sa: «Det du sier er like sant som at den stekte hanen her på bordet blir levende». Straks bakset hanen med vingene og gol.

Stefanus-navnet blir på Norsk Stefan eller Steffen og på svensk; Steffan eller Staffan. Selv om Stefanusdagen er 26 desember, er det også folkelige tradisjoner for å fortelle lengden om Stefanus i tilknytning til Lucia-dagen. Sangen om Steffan er en slik sang som ofte blir sunget på Lucia-dagen.

Vi har ikke notene på denne, men du finner melodien på spillelisten på Spotify!



1.
Staffan var en stalledräng,
vi tackom nu så gärna,
han vattnar sin fålar fem,
allt för den ljusa stjärna.
Ingen dager synes än,
stjärnorna på himmelen de
blänka.

2.
Hastigt lägges sadeln på,
vi tackom nu så gärna,
innan solen månd uppgå,
allt för den ljusa stjärna.
Ingen dager synes än,
stjärnorna på himmelen de
blänka.

3.
Bästa fålen apelgrå,
vi tackom nu så gärna,
den rider Staffan själv uppå,
allt för den ljusa stjärna.
Ingen dager synes än,
stjärnorna på himmelen de
blänka.

4.
Innan någon vaknat har,
vi tackom nu så gärna,
framme han vid skogen var,
allt för den ljusa stjärna
Ingen dager synes än,
stjärnorna på himmelen de
blänka.

5.
I den fula ulvens spår,
vi tackom nu så gärna,
raskt och oförskräckt han går,
allt för den ljusa stjärna.
Ingen dager synes än,
stjärnorna på himmelen de
blänka.

Fjerde søndag i advent

20. desember 2020

Snart julefeiring

Bibelfortelling

Lukas 1:39-45

Bilde

Når dere har gjort dagens aktivitet, kan en i familien klippe ut dette bildet og henge det opp f.eks. på kjøleskapet. Slik kan familien sammen se, huske og snakke om det som har skjedd.



Adventsstund

Utstyr

Fire lys, gjerne lilla/fiolette i en adventskrans eller lignende

Fyrstikker

En bibel eller det nye testamentet hvis dere vil lese bibelteksten fra Lukasevangeliet.

Du finner sangene til adventsstunden på spillelisten «Fra advent til jul 2020» på Spotify. Det kan være vanskelig å finne listen i appen, men det ligger en link til spillelisten på hjemmesiden vår!

Passer for

Alle aldre

Hvorfor

De fire lysene i adventskransen er en påminnelse om de mange lysene i julen, og vi teller ned til jul med å tenne de fire lysene i adventskransen. Hvis det får det til, kan dere tenne de fire lysene i dagene frem til jul og samtidig synge en adventssang.

Hvordan

Dere vet selv hvordan en adventsstund best fungerer i deres familie. Her er noen forslag til hvordan det kan gjøres, og så kan dere bruke det som passer best for dere!

1. Tenning av adventskransen

Noen tenner de tre første lysene i adventskransen mens dere synger tre vers av den «lysteningssangen» dere velger. Vi har foreslått denne:

29 Tenn lys



Tenn lys! Et lys skal bren-ne for den-ne lil-le
jord, den blan-ke him-mel-stjer-ne der vi og al-le
bor. Må al-le de-le hå-pet så go-de ting kan
skje. Må jord og him-mel mø-tes. Et lys er tent for det.

Tenn lys!

To lys skal skinne for kjærlighet og tro,
for dem som viser omsorg
og alltid bygger bro.
Må fanger få sin frihet
og flyktninger et hjem.
Tenn lys for dem som gråter
og dem som trøster dem.

Tenn lys!

Tre lys skal flamme for alle som må slåss
for rettferd og for frihet.
De trenger hjelp fra oss.
Må ingen miste motet
før alle folk er ett.
Tenn lys for dem som kjemper
for frihet og for rett.

Tenn lys!

Nå stråler alle de fire lys for ham
som elsker alt som lever,
hver løve og hvert lam.
Tenn lys for himmelkongen
som gjeterflokket så!
Nå møtes jord og himmel
i barnet, lagt på strå!

2. Bibelfortelling og litt om dagen

Når vi tenner det fjerde lyset i adventskransen, er det bare innspurten igjen. Det er få dager igjen til jul og Maria er høygravid. Denne søndagens tekst er fra møtet mellom Maria og slektningen hennes Elisabeth (Lukas 1:39-45). Begge to er gravide. Maria har Jesus i magen og Elisabeth er gravid med han som senere blir kjent som døperen Johannes.

Alle sammen har vi en gang vært i magen til moren vår. Vi er blir født på ulike måter og mange foreldre kan fortelle om hvordan det første møtet etter fødselen var.

Jesus var også inne i magen til moren sin. Han ble født i en stall, omgitt av dyr og en ganske annen lukt enn på fødeavdelingen på sykehus. Maria og Josef fikk møte det nyfødte barnet for første gang, midt i alt dette. I juleevangeliet står det at Maria svøpte Jesus inn. Kanskje hadde hun noe mykt tøy med seg? Jesus fikk trygghet og kjærlighet med en gang – slik som vi alle trenger det!

Hvordan tror du at det luktet i stallen der Jesus ble født? Hvis du fikk møte Jesus som nyfødt baby, hva ville du gjort da? Ville du hatt med en gave eller lekt med ham eller holdt ham?

3. Bønn

Kirkens Nødhjelp er kirkens organisasjon for nestekjærlighet i verden. Hver søndag forslår vi å ta med en bønn formulert av Kirkens Nødhjelp i adventsstunden. Det kan minne oss at kjærligheten Jesus har vist oss gjelder alle mennesker i verden. Kanskje er det også andre bønner dere vil be eller noe dere vil be om? Gjør det som passer for dere!

Mange barn i verden i dag blir født på utrygge steder – slik også Jesus en gang ble. Kirkens Nødhjelp jobber for at alle barn skal få en trygg fødsel. La oss be:

*Takk for barna som er født!
Vi ber om at alle barn som fødes inn i vår verden,
skal få vokse opp i trygghet, omsorg og kjærlighet.. Amen.*

4. Sang

2. Folkefrelsar til oss kom (den eldste salmen i salmeboken!)



Fol - ke - frel - sar, til oss kom, fødd av
møy i ar - mods - dom! Hei - le ver - di
und - rast på kvi du så - leis ko - ma må.

2. Herrens under her me ser,
ved Guds Ande dette skjer.
Livsens ord frå himmerik
vert i kjøtt og blod oss lik.

3. Utan synd han boren er
som all synd for verdi ber.
Han er både Gud og mann,
alle folk han frelsa kan.

4. Frå Gud Fader kom han her,
heim til Gud hans vegar ber,
ned han fór til helheims land,
oppfór til Guds høgre hand.

5. Du som er Gud Fader lik,
ver i vanmakt sigerrik!
Med din guddoms velde kom,
styrk oss i vår armoadsdom!

6. Klårt di krubbe skina kan,
ljuset nytt i natti rann,
naud og natt til ende er,
trui alltid ljuset ser.

7. Lov og takk, du Herre kjær,
som til verdi komen er!
Fader god og Ande blid,
lov og takk til evig tid!

Fjerde uke i advent

20. – 25. desember 2020

Ukens julepynt: Engler

Utenfor Grefsen kirke har vi laget en stall. Alle som vil kan fylle stallen med julepynt. Hver uke har hatt vi et forslag til julepynt som dere kan lage og henge opp utenfor kirken. Dere bestemmer selvfølgelig hva dere vil lage når og hvordan dere vil henge det opp. Vi gleder oss til å se stallen foran kirken og hvordan den er blitt vakrere og vakrere hver uke – med julepynt fra dere!

Bilde

Når dere har gjort dagens aktivitet, kan en i familien klippe ut dette bildet og henge det opp f.eks. på kjøleskapet. Slik kan familien sammen se, huske og snakke om det som har skjedd.



Engler

Julenatten er det en engel som forteller gjeterne på marken om at Jesus er født. Det er engelen som først forteller at det Jesusbarnet er Kristus, Guds sønn. Etter at engelen har fortalt dette kommer det mange andre engler, det står at det er som en himmelsk hærskare – det var veldig mange! Disse englene lovpriser Gud og synger «Ære være Gud i det høyeste og fred på jorden blant mennesker som Gud har glede i». Du kan lese om dette i Lukas 2:8-14.

Disse ordene som englene lovpriste Gud med: «Ære være Gud i det høyeste og fred på jorden blant mennesker som Gud har glede i», de synger vi hver søndag i kirken. Det kalles «gloria» og er en lovsang til Gud. Hver søndag blir vi liksom slik med englene i sangen deres.

Det er mange grunner til å lovsynge Gud. Ingen vet alt om hvorfor englene sang som de gjorde på Betlehemsmarken den natten, men det er i alle fall grunn til å takke og love Gud for at Jesus kom til jorden! Slik vet vi mer om hvem Gud er og hva kjærlighet er! Er det noe du gjerne vil takke Gud for?

Kongleengel

Utstyr

Kongle

Sløyfebånd

Englehår som f.eks. en stjerne, garn eller noe annet du velger

Trekule

Lims

Sølvtråd eller annen tynn tråd

Passer for

Alle aldre

Slik gjør du

1. Finn frem: Kongle, sløyfebånd, englehår, trekule, lim og sølvtråd.



2. Tre sølvtråden gjennom kula og snurr tråden rundt konglen. Knyt slik at kula henger godt fast. Dette er tråden du bruker til å henge opp engelen med.



3. Lag en sløyfe av båndet og lim den fast på ryggen til konglen. Det er litt vanskelig å få sløyfen til å sitte fast, men du kan gjerne dytte den litt inn mellom kongleskjellene.



4. Ta lim på hodet til engelen og fest håret og gullstjernen.



5. Hvis du vil, kan du ta med engelen til stallen ved kirka. Heng den opp ved å knyte den fast i en av ståltrådene i stallen.



Ukens oppskrift: Kokosmakroner

Denne oppskriften på kokosmakroner er hentet fra Matprat.no og gir ca. 30 kokosmakroner. Kanskje pleier dere å lage kokosmakroner og har dere en egen oppskrift dere liker, så må dere gjerne bruke den. Gjør det som er best for dere og som gjør at det blir gøy både å lage og å spise makronene!

Kokosmakroner passer også fint som små gaver til venner, familie eller naboer. Pakk dem inn i små poser og gled noen andre med gode julekaker!

Bilde

Når dere har gjort dagens aktivitet, kan en i familien klippe ut dette bildet og henge det opp f.eks. på kjøleskapet. Dette bildet er hentet fra oppskriftsiden på matprat.no



4 stk eggehvite
200g sukker
1 ts vaniljesukker
200g kokosmasse

Slik gjør du

Pisk eggehviter for hånd med en visp i kjelen til det skummer godt.
Bland inn sukker, vaniljesukker og kokosmasse.

Sett kasserollen på middels varme og rør hele tiden langs bunnen med en tresleiv.
Når massen har konsistens som tykk risengrynsgrøt er den ferdig, ca. 10 minutter.

Sett topper av kokosmassen med to skjeer på et stekebrett med bakepapir.
Stek kakene midt i ovnen på 180 °C i ca. 10 minutter, til de er gylne. Avkjøl på rist.

Oppbevar kakene i en tett boks, gjerne med bakepapir mellom lagene.

Ukens fortelling: Dan Lindholm «Julens lysbærende tre»

Hentet fra boken «Julegleder»

Dette trenger du



Da det spurtes i verden at vår Frelser skulle bli født på jord, var det tre trær som la ut på vandring til Betlehem. Først var det fikentreet, så oljetreet, det tredje var et grantre. I tusen år eller mer vandret de, for de ville være fremme i god tid når den hellige stunden var inne.

Underveis hendte det av og til at trærne holdt rast, og da viste de frem gavene de bar med seg. Fikentreet hadde favnen full av søte frukter, oljetreet bugnet under prektige oliven. «Men du? Hva har du å by verdens Frelser?» spurte de det tredje treet. Da tiet grantreet. For det visste jo at konglene ikke var noe å sette frem på menneskers bord.

Fiken- og oljetreet hadde ikke alltid vært de beste venner. Men nå ble de vel forliket, for det kunne de saktens være enige om, at de to var noe mer enn et nåletre.

Endelig stod de foran døren. Og nå skulle de frem for krybben og legge ned gavene sine. Fikentreet gikk først og la fruktene sine i fanget på Maria. Oliventreet bøyden den knortete stammen så Josef kunne presse olje av kjernene. Begge trør ble hjertelig takket og priset.

Så skulle grantreet frem. Det følte seg så inderlig fattig der det stod med de tørre konglene sine. «Jeg har ingen spiselige frukter å gi,» sa det, «men kan jeg være til noen nytte, da gir jeg hele meg selv.»

«Om du ikke bærer frukt, så skal du fra nå av bære lys for Barnet,» sa Maria. Og hun tok et vokslys og festet det på en av treets grener.

Slik gikk det til at nettopp granen ble julens lysbærende tre.

Utfyllende innhold til kalenderen

Julefilm: Stjernen (aldersgrense 7 år)

Det finnes mange ulike julefilmer. Tegnefilmen om det lille eselet Bo viser nye sider ved juleevangeliet. Vi følger Bo sin reise som flettes sammen med Maria og Josef sin historie, og vi får julefortellingen fortalt fra et annerledes perspektiv – dyrene. Kan leies på Viaplay.

Sang: En krybbe var vuggen

Det første verset av denne sangen er i utgangspunktet amerikansk og fikk melodi av William J. Kirkpatrick i 1895. Den ble oversatt til norsk av Agnes Landmark i 1959, før Eyvind Skeie noen år senere skrev de to siste versene av salmen.



En kryb-be var vug-gen som ven-tet ham
her, det lil-le barn Je-sus, vår Frel-ser, så
kjær. Men stjer-ne-ne lys-te helt inn der han
lå, det lil-le barn Je-sus, på lei-et av strå.

Så enkelt og stille kom Gud til vår jord.
Så høyt er jeg elsket av Jesus, min bror.
Han kom fra Guds himmel, Gud selv var han lik,
men Jesus ble fattig, og jeg er blitt rik.

Fra krybben til korset gikk veien for deg,
slik åpnet du porten til himlen for meg.
Velsign oss, vær med oss, gi lys på vår vei,
så alle kan samles i himlen hos deg!