

Manglerunden

Lokalblad for Manglerud menighet

Nummer 4/2021 • Årgang 53



3 Bernt - Kirkens daglige leder

Bli bedre kjent med Bernt Sørbo. Her reflekterer han blant annet rundt mål og planer for den kirkelige virksomheten og utfordringer han møter i hverdagen.



4-5 Manglerud Star

Kan ishockey og videregående kombineres? Ja, det er klart! Møt Tim og hva han har å si om toppidrettsprosjektet på Hellerud Videregående skole.



10 Viktigere enn noensinne!

I samarbeid med Normisjon har Manglerud menighet engasjert seg i barns og unges oppvekstvilkår i Bangladesh. Les mer om samarbeidet på side 10.



12-13 Advents- og julekalenderen

Her er en full oversikt over alle arrangementer som er verdt å få med seg i advents- og juletiden. Det er konserter, advents- og julegudstjenester, lysmesse, julevandring og mye mer. Velkommen!

DIN LOKALMEGLER



PRIVATMEGLEREN
PANORAMA MANGLERUD

Enebakkveien 203, 0680 Oslo • Tlf. 22 30 28 00
manglerud@privatmegleren.no • privatmegleren.no/manglerud

Redaktør:

Maria Harlan

Bidragstere i dette nummeret:

Maria Harlan

Kjetil H. Hauge

Stein Villumstad

Else Storaas Vatne

Haakon Korsgaard

Kamilla Lunde

Ellen Tveita

Ingrid Fantoft

Design: Maria Harlan

Distribusjon: Johnny Hagen

Opplag: 6 500

Trykk: Østfold trykkeri

Utgiver: Manglerud menighet

Byggveien 10, 0680 Oslo

post.manglerud.oslo@kirken.no

Sentralbord: 23 62 99 42

Manglerunden er for deg som bor på Manglerud, Høyenhall, Abildsø, Rognerud og Ryen og sogner til Manglerud kirke. I dette nummeret samarbeider vi med Manglerud Star om utgivelsen. Om flere lokale aktører med hjerte for området ønsker å samarbeide med oss, så ta kontakt!

Tips oss gjerne om saker!

manglerunden@gmail.com

Ønsker du annonse hos oss?

Ta kontakt på e-post:

manglerunden@gmail.com

Priser:

Helside: 3500 kr

Halvside: 2200 kr

Kvartside: 1550 kr

Rubrikk: 500 kr

Menighetsrådsleder:

Det skjedde i de dager...

De som kjenner meg vet hvor glad jeg er i jula. Det kribler allerede når jeg ser at butikkene begynner å fylles opp av julevarer og etter en lang og mørk høst er det ekstra stas når lysene på Karl Johan tennes. Med en litt laber desember i fjor gleder jeg meg stort til å fylle årets julemåned med alt som er gøy; julekonserter, julegrøt, juleverksted, julebord og julebaking. Men alt dette er jo kun en oppladning til det aller viktigste; når vi kan samles på julaften og feire det lille barnet som ble født.



Det skjer mye i kirka frem mot jul; LysVåken for 6. og 7.-klassinger, lysmesse og adventsfest for torsdagstreffet, blant mye annet som du kan lese mer om lengre bak i bladet. Jeg håper du finner flere arrangementer som kan friste.

I tillegg har jeg to personlige desember-favoritter jeg vil anbefale. Den første kommer den 12. desember. Da skal vi feire gudstjeneste på Manglerud senter. Det å kunne ta med seg gudstjenesten ut av kirka og samles på et julepyntet senter, har blitt en viktig juletradisjon for meg. Mitt i alt kaoset og maset og stresset, har det på en merkelig måte blitt et sted jeg kan senke skuldrene og kjenne julestemningen komme snikende. Jeg håper du vil ta turen i år. Og kanskje du kan invitere med deg en som ikke vanligvis kommer i kirka. Eller som syns tiden nå er litt ekstra mørk. Så skal vi gjøre det vi kan for å lyse opp søndagen.

Den andre anbefalingen - favoritten gjennom alle år - er selve julaftengudstjenesten. Birgitte og jeg har gledet oss i over et år, og håper du vil ta turen kl. 13.30 eller kl. 15.00. Da skal vi sammen synge julen inn, Birgitte skal fortelle og jeg skal få lese historien som er den fineste jeg vet om. Som starter med ordene i overskriften her, og fortsetter med det lille barnet som kom til oss alle.



Jeg ønsker deg en velsignet adventstid og gleder meg til å se deg i Manglerud!

Klem fra Kamilla

Manglerunden er gratis for deg som mottar det. Samtidig koster det å lage bladet. Vil du støtte produksjonen, er det flott!

Sammen lager vi et godt blad for nærområdet vårt!

Vipps: #10432

Kontonr: 1503 12 92139

Merk betalingen: "Gave MR 4-21"



Han ønsker å bidra til en godt drevet menighet, der stab og frivillige trives og folk i nærmiljøet kan få et godt møte med kirken. Møt kirkens (nye) daglige leder:

Bernt Sørbo

Jeg intervjuer Bernt Sørbo over telefonen. Han har rogalandsdialekt og virker ikke helt fornøyd over å få denne type oppmerksomhet. Han ønsker det kort og konsist. Noe som ikke er så lett når han har så flotte tanker og ønsker for kirkens videre arbeid.

Tekst: Maria Harlan

Bernt Sørbo ble ansatt som daglige leder i Manglerud kirke i begynnelsen av dette året.

– Hva gjør egentlig en daglig leder?
– Det er ganske mye forskjellig fra dag til dag. Alt fra å bestille inn dopapir til å ha ansvar for økonomien. Det er personalansvar, byggansvar,

3 raske

– Hvilken sjanse hadde du nålet i Stjernekamp?
– Det måtte blitt "vise".
– Hvis du hadde gått i luksusfellen, hva hadde vært årsaken?
– Det ligger virkelig ikke i meg å gå i luksusfellen, *ler*, men kanskje reise.
– Hvilken dans hadde du vært best på i skal vi danse?
– Jeg ser jo egentlig ikke på det, Cha-cha-cha kanskje, da vet jeg ikke helt hva jeg svarer på *ler*.

møter med å kordinere frivillige og utleie av lokalene, så det er en veldig varierende dag.

– Men jeg trives veldig godt med at dagene er så varierende. Dagene er så spredt, så det passer meg egentlig veldig fint. Det jeg synes er mest spennende er økonimidelen.

– Hvilken kontakt kommer du til å ha med folk på Manglerud/Østensjø, med menighetens medlemmer?

– Jeg har et åpent kontor, her er jeg hver dag, så folk kan komme innom meg på kontoret. Man kan også ta kontakt på telefon og mail. Jeg koordinerer mye av det frivillige arbeidet, så jeg vil ha en kontakt der og gjennom utleie møter jeg mye folk.

– Hvilke mål og planer har du for den kirkelige virksomheten?

– Kirken har en fin visjon om de store tankene, denne følger jeg. Visjonen er en kirke full av liv og en menighet full av nærhet. Så nå prøver vi å bygge opp om alt det gode arbeidet det allerede er her, støtte de funksjonene som er her. Få til et godt samarbeid mellom stab, frivillige og lokale aktører.



Alder: 36 år
Bor: Oppsal
Fra: Rennesøy
Stilling: Daglig leder
Utdannet: Adjunkt

Bernt Sørbo på kontoret i Manglerud kirke. Her er han hver dag og kontoret hans er åpent for alle som ønsker å hilse på og slå av en prat.

Kontakt kirken

Daglig leder Bernt Sørbo

(bs485@kirken.no)

Sokneprest Kjetil H. Hauge

(kh362@kirken.no)

Kapellan Anne Marie Lofthus Hindahl

(ah288@kirken.no)

Kapellan Birgitte Kessel

(bk298@kirken.no)

Trosopplæringsleder Ellen Tveita

(et763@kirken.no)

Trosopplæringsmedarbeider Ingrid Fantoft

(If625@kirken.no)

Kantor Sophia Blum

(sb539@kirken.no)

Ungdomsarbeider Eva Thingbø

(evathingbo@gmail.com)

Kirketjener Johnny Hagen

(jh879@kirken.no)

Tlf: 23 62 99 42

Nettside: kirken.no/manglerud

Menighetsrådet:

Kamilla Lunde

(kamillalunde@gmail.com)

Svanhild Fauskrud

(fauskrud@yahoo.no)

Samarbeidet mellom Manglerud Star Ishockey Bredde og Hellerud Videregående skole



Hører skole og idrett sammen?
Svaret på det spørsmålet er utvilsomt et stort ja! Flere av spillerne på Manglerud Star sitt U18 og U20 lag tilbringer hverdagen sin på Hellerud Videregående Skole, enten ved studiespesialisering eller bygg og anlegg.

Tekst: Daniel Myhre
Foto: Hellerud VGS

Dette beviser at man kan få akkurat de samme forutsetningene på en kommunal skole som andre idrettsutøvere som tilbringer hverdagen sin på private skoler.

[4 Manglerunden]

Manglerud Star Ishockey Bredde og Hellerud videregående skole har et tett og fint samarbeid for å gi ishockeyspillere den best mulige utviklingen de kan få. Manglerud Star Ishockey Bredde sine spillere som går på Hellerud Videregående Skole har fått tilrettelagt timeplanen sin på skolen, slik at de får 3 treningsøkter i uken i Manglerudhallen. Mandager og torsdager er det både istrening og styrketrening, mens på onsdager er det kun styrketrening. Her får de tett oppfølging av Manglerud Star Ishockey Bredde sine egne trenere, både fysisk trener og ishockeytrener, som også følger flere av elevene på sine respektive lag på ettermiddagen.

Tilrettelagte øvelser

På istreningene er det lagt opp til mye individuelt fokus. Her jobbes det en del med individuelle ferdigheter som det ofte ikke blir tid til på lagtreninger på kveldstid. På mandagstreningene har temaet vært back- og løpertrening.

Trener og lærer Kenneth Larsen (fra venstre) forklarer for Joachim Bråthen, Thomas Dammen, Kasper Romset, Tim Pettersen og Joachim Brøther. Bak trenere og lærere Camilla Bakkene og Glenn Johnsrud.

Det vil si at de som spiller i posisjonen back, får tilrettelagte øvelser på den ene siden av banen, og det samme for de som spiller i posisjonen løper på den andre siden av banen. På torsdager er det ferdighetstrening, som vil si mye skøyte- og kølleteknikk, som det kanskje ikke blir så mye tid til når elevene møter til kveldstrening med sine respektive lag. Det er viktig at spillerne ikke gjør det samme som de gjør på kveldstreningene, men at de får muligheten til å trene på ting de trenger for å forbedre sine egne ferdigheter.

Møt en elev

Tim Pettersen (2. året på byggfag), som tilbringer treningshverdagen sin hos Manglerud Star U20, har følgende å si om toppidrettsprosjektet på Hellerud Videregående skole:

- Hvordan er det å ha toppidretten tilrettelagt i skolehverdagen?
- Jeg syntes det er veldig bra å kunne ha muligheten til å drive med toppidrett som en del av skolehverdagen min. Jeg føler jeg ikke «mister» treningstid i forhold til andre som går på private skoler. Det er viktig



[Manglerud Star]

at selv vi som ønsker å gå byggfag eller lignende også skal kunne ha de samme mulighetene som andre som da bare går studiespesialisering.

Jeg føler også at jeg blir mer opplagt og får mer overskudd til å jobbe med skole etter trening på morgningen.

Det gir meg en liten ekstra «boost» til å jobbe med skole da jeg vet det blir lagt så mye tid til planlegging for å få dette til å gå rundt for oss utøvere.

Anbefaler alle å søke

Avslutningsvis forteller Tim at dette er et opplegg han absolutt kan anbefale alle som skal søke til videregående skole fremover!

I tillegg til istrening og styrketrening, må også elevene føre treningsdagbøker. Her skal alle treninger og kamper noteres, ikke bare treningene med Hellerud, men også med sine respektive lag. Denne dagboken teller også opp mot karakteren elevene får i faget Toppidrett. Denne karakteren blir satt i samarbeid mellom trenerne og hovedansvarlig for toppidretten på skolen, Glenn Johnsrud.

Tilrettelegging på høyt nivå

– *Mister elevene noen skoletimer på grunn av ekstra trening og reisevei?*

– Nei, ingen av elevene går glipp av noe form for skole på grunn av trening eller reisevei. På mandager og torsdager, når det er både istrening og styrketrening, går elevene på is fra klokken 07:30-08:30. Dette

kalles da «time null» på timeplanen, altså før første skoletime. Styrketreningen som går, varer fra 08:40-09:30 pågår under første skoletime, men denne blir da tatt igjen med en time lenger skoledag. Det vil da si at ingen av elevene vil gå glipp av viktig undervisning på skolen.

– I tillegg har Manglerud Star Ishockey Brekke og Hellerud Videregående Skole gått det lille ekstra for at alle skal klare å møte opp tidnok til skolen etter endt trening. Alle elevene blir fraktet med privat buss som venter på dem etter trening for å frakte dem rett til skolen. Det kaller jeg tilrettelegging på et høyt nivå. Styrketreningen på onsdager er lagt

til etter endt sistetime, som på onsdager er 12:30. Så det vil si at her går ingen av elevene glipp av noen viktige skoletimer.

Manglerud Star Ishockey Brekke og Hellerud Videregående skole har som sagt, et tett og fint samarbeid med jevnlig kommunikasjon mellom både trenere og lærere og elevene selv. Vi håper dette samarbeidet kan vare i mange år fremover, slik at vi kan hjelpe flest mulig til å nå drømmen om å bli best mulig, både på skolen og i idretten. Vi håper flest mulig velger å søke seg til Hellerud videregående Skole i fremtiden for å ha muligheten til å bli en del av dette fantastiske opplegget mellom skole og idrett.

På Hellerud Videregående skole kan du velge mellom bygg- og anleggsteknikk med ishockey eller Studiespesialisering med ishockey. Manglerud Star og Hellerud har et fint samarbeid.



FNs Bærekraftsmål: Mål 13 og 17

Stoppe klimaendringene og samarbeid for å nå målene



Dette blir siste artikkel i serien om Bærekraftsmålene i lokalt og kristent perspektiv. Ikke alle bærekraftsmålene er omtalt, men det er mulig å lese om dem i «Bærekraftsboka – FNs bærekraftsmål i lys av kristen tro» som kan fås ved henvendelse til Mellomkirkelig Råd for Den norske kirke. I denne avslutningssartikkelen vil to mål bli kort omtalt.

Tekst: Stein Villumstad

Illustrasjon: Bærekraftsboka

Bærekraftsmål 13: Stoppe klima-endringene

Vi har vært gjennom en valgkamp som har løftet klima-utfordringene som ett av de viktigste temaene. COP26 toppmøtet i Glasgow har preget mediene. FNs klimapanel kom med en rapport tidligere i år som det er vanskelig ikke å bli bekymret av. Mye er sagt om at raske klimaendringer medfører tørke, rekordhøye temperaturer, flom og storm ... Noen forsøker å henvise til forskning som er skeptisk til FN-panelets konklusjoner, og ikke minst at menneskelig aktivitet er viktig årsak til klimaendringene. Det overveldende flertall av forskere og forskningsrapporter er imidlertid enige om de raske og dramatiske klimaendringene og at menneskelig aktivitet er svært medvirkende til denne akselererende utviklingen. Med den overveldende

erfaringsbaserte kunnskap vi nå har mener Manglerundens utsendte at det, vil være uansvarlig å ikke ta klimautfordringen på alvor som enkeltmennesker, lokalsamfunn og nasjon.

Klimautfordringer og kirken

Hva er koblingen mellom klimaendringene og kirken? Senest våren 2021 stilte et samlet bispekollegium seg bak at «kampen for klimarettferdighet er en del av det oppdraget Jesus Kristus kaller oss til», gjennom Bispemøtet sitt nye hefte, «Guds skaperverk – vårt hjem». Kirkemøtet behandler i høst saken «Mer himmel på en truet jord - Den norske kirkes arbeid med klima, miljø og bærekraft mot 2030.» Saken dreier seg om hvordan Den norske kirke skal jobbe med, og ta hensyn til klima og miljø framover.

Biskop Jan Otto Myrseth i Tunsberg understreker i et intervju med avisen Vårt Land kirkens ansvar gjennom å sitere fra Bibelen: «Men så høgt elska Gud verda, at han sende sonen sin.» Han henviser også til Kolosserbrevet og Romerbrevet der Gud er opptatt av alt det skapte. Derfor kan vi ikke splitte opp i det åndelige og det materielle. Gud har glede i alt han har skapt!

Så hva kan vi som kirke gjøre?

Kirken ligger langt framme i miljøengasjementet, og mye blir alt gjort. Kirken skal ikke være dommedagsprofet, men håpsbærer. Av forskere og fagfolk får vi presentert fakta og advarsler. Vår oppgave må være å

bidra til forandring og tro at det nytter! Politikerne må ta ansvar for å finne løsninger. Kirken, lokalt i vår menighet, og nasjonalt må støtte opp om nødvendige løsninger selv om det kan innebære vanskelige valg. De nødvendige valgene kan innebære at vi må tenke to ganger på vårt konsument-baserte samfunn. «Alle skal med» er slagordet for bærekraftsmålene, og da begrenser vi ikke «alle» til alle i Norge. Byrdefordelingen i de nødvendige klimatiltakene må få betydelige konsekvenser for hva Norge må bidra med. De fattigste landene bidrar svært lite til klimaendringene, men de betaler svært dyrt. Dette er en urett vi som kirke og menighet må være med å rette opp. Uten å gå partipolitiske ærender må vi kunne stille klare krav til en global rettferdig byrdefordeling når kostnadene ved klimatiltak skal dekkes.

Utfordringer for hver enkelt av oss?

Det er begrenset hva vi som enkeltpersoner eller familier kan gjøre av forskjell, selv om vi kan velge kollektivtrafikk, elektriske/hydrogendrevne biler, og energi-nøytrale bolig-løsninger. Vår biskop Kari Veiteberg har flere forslag til hva hun kan gjøre og som kan ha større virkninger:

«Å melde meg inn i besteforeldrenes klimaaksjon og jobbe for rettferdig fordeling, prøva å redusera flyreiser og eta økologisk og kortreist mat. Redusera plastbruk. Arbeide for grønne kyrkelydar. Bevisstgjera kyrkelydar og samfunn om klimautfordringane.» Her er det noe til ettertanke og inspirasjon også for oss i Manglerud! Manglerud ønsker å være en «grønn menighet». Ei «grønn gruppe» i menighetens regi startet i høst, og har som mål å skape engasjement og handling for å fremme grønne løsninger for kirkebygget, aktiviteter i menighetens regi, og som inspirasjon til lokal handling. Vi kan jo som en start melde oss til den gruppen!

Bærekraftsmål 17: Samarbeid for å nå målene

I alt er det 17 bærekraftsmål, og det syttende handler om hva vi må gjøre for å få gjennomført de 16 andre. Stikkordet er samarbeid: samarbeid mellom de instansene som har spesielt ansvar for de ulike målene; samarbeid mellom ulike nivåer fra lokalt til nasjonalt og internasjonalt; samarbeid mellom myndigheter, næringsliv, frivillige grupper, medier, forskere, kultur og idrett, religiøse samfunn ... og lista er lenger! Det er ikke nok å være opptatt av ett mål, alle 16 målene må forplikte!

La oss se på et eksempel som illustrerer poenget. Noen kritikere av at Norge skal være i fremste rekke i å bidra til utviklingsbistand, hevder at bistand ikke redder fattige land. Derfor er slik bistand bortkastet. Første del av utsagnet er selvsagt korrekt, for bistand alene kan ikke løse de store utfordringene. Dersom resten av vår norske politikk ikke er samstemt og fremmer utvikling i fattige land, ville det siste utsagnet også vært korrekt. Derfor er det viktig at vår utenrikspolitikk, landbrukspolitikk, industripolitikk, handelspolitikk og finanspolitikk er samordnet og bidrar til en mer rettferdig verden, også for de fattige landene.

Eksemplet kan utvides til de 16 målene. Samordning og samarbeid rundt oppnåelse av alle målene er nødvendig for at vi skal få en god og rettferdig utvikling der «alle skal med». For Oslos befolkning og for Østsjø bydels befolkning er det viktig at etatene samarbeider, og at de samarbeider med frivillige aktører der også Manglerud menighet teller med.

Vi kan ha våre begrensede personlige bidrag, men mer effektivt blir det om vi sammen stiller oss bak krav om samordnet handling. Menigheten er del av en kirke som er verdensvid, og derfor er vår stemme viktig. La oss derfor bruke mulighetene vi har som menighet og lokalsamfunn til å sørge for at alle blir med!



Autoriserte Foterapeuter

SkøyenåsenSenter

463 10 213

Fokusfoten.no

MANGLERUD ADVOKATKONTOR

Advokat Kari Paulsrud m.n.a.
Advokat Gorm Are Grammeltvedt m.n.a.

- Fremtidsfullmakter
- Testamenter/arveoppgjør
- Samboeravtaler/ektepakter
- Barnevern
- Separasjon/skilsmiss/barnfordeling
- Arbeidsrett
- Trygdesaker
- Rett til helsehjelp
- Pasientskader/erstatningsrett
- Kjøp/salg av fast eiendom/generasjonsskifte

Manglerud Senter – Plogveien 6 - kontor i 2. etg
Timebestilling – tlf. 21 37 71 77
E-post: kpaulsrud@kindemco.no
gag@kindemco.no

Aktiviteter for barn og unge

I Manglerud kirke er det mye som skjer for barn og unge! Følg med på nettsidene våre www.kirken.no/manglerud for oppdateringer. Og ikke nøl med å ta kontakt om eventuelle tilretteleggingsbehov!

Supersøndag

En gang i måneden har vi ekstra barnevennlige gudstjeneste for store og små! Her får vi høre en morsom preken, vi får delta i enkle sanger og bønner, vi får nattverd, og det kan skje spennende ting underveis. Etter gudstjenesten serveres kjeks og saft, og barna kan leke mens de voksne prater over en kaffekopp.

Datoer: 21.nov (lys våken), 9.jan (julefest), 6.feb (dåpsfest), 6.mars (karneval).

Babysang

Velkommen til et populært drop-in tilbud for foreldre som er hjemme med baby! Vi starter med en halvtimes sangstund kl.11, etterfulgt av lunsj kl.11:30-12:30.

Datoer: 15.nov, 13.des, 10.jan, 24.jan, 7.feb, 7.mars, 21.mars

Supertirsdag

Velkommen til middag i kirken, etterfulgt av morsomme aktiviteter for barn 1-10 år.

Datoer: 23.nov, 7.des, 18.jan, 1.feb, 15.feb, 1.mars, 15.mars, 29.mars.

Kirkemiddag kl 16.30-17.30

Små og store, i alle aldre, er hjertelig velkommen til å spise middag sammen i kirka.

- **Knottesang kl.17:30-18:00**

For 1-3 åringer i følge med en foresatt.

- **Supersang kl 17.30-18.15**

For barn 4år – 2.klasse som liker å synge.

- **Triangelklubben kl. 17.45-19.15**

For barn 2.-5.klasse som liker å lage ting.

FreeDags kl. 19.00-21.30

En klubb for 6.-9. klasse, fredager kl. 19.00-21.30. Vi har kiosk, spill og arrangerer ulike aktiviteter og holder til i kjelleren i kirken. Velkommen!

Datoer: 26.nov, 10.des, 14.jan. Følg med på nettsidene våre for vårens datoer.

Andre arrangementer: Unbelievable

Fredag 26. november kl. 19 er det klart for årets Unbelievable!

Unbelievable er en kveld for ungdommer

fra 6.-9.

klasse

der vi får

besøk av

tankema-

nipulator

Ruben

Gazki

(også

kjent som

“Svin-

dler med

stil”)



Ruben sitt show vil gjennom spennende og imponerende illusjoner få oss til å reflektere rundt hva som kan påvirke selvbildet vårt, og vi kommer til å fokusere på dette resten av kvelden også.

Det blir kiosk, musikk, lek og spill i tillegg til showet, så her er det bare å gjøre seg klar til en fantastisk kveld! Det er gratis inngang og en kan kjøpe snacks og drikke i kiosken. Vi sees!

Lys våken

Helgen 20.-22.november er alle femte og sjetteklassinger velkomne til Lys våken i Manglerud kirke!

Her skal vi ha forskjellige leker, aktiviteter, sosialt samvær og god mat sammen! Vi skal også ha overnatting i kirken og ha et juleverksted hvor vi kan lage gaver som skal selges under kirkekaffen på søndagen for å samle inn penger til menighetens misjonsprosjekt i Bangladesh.



Vil du være frivillig? Ta kontakt med Ingrid på e-postadressen under.

Påmelding via e-post til if625@kirken.no. Skriv gjerne her om det er allergier eller andre tilretteleggingsbehov å ta hensyn til.

Menighetens julefest

Søndag 9.januar kl.11 blir det julefest for hele menigheten! Etter gudstjenesten blir det servert god mat til kirkekaffen, det blir juletrengang og vi får besøk av de tre vise menn som har meg seg godteposer til alle barna. Velkommen!

Dåpsfest

Søndag 6.februar inviteres alle, og spesielt de som ble døpt i løpet av 2021, til en ekstra småbarnsvennlig gudstjeneste. Vi deler blant annet ut dåpskorsene som henger bak i kirken, og vi synger sanger som er gjenkjennelig fra Babysang og Knøttesang. Etter gudstjenesten serveres kirkekaffe.

Hjertelig velkommen!

Konfirmant i 2022?

Hva er meningen med livet?

Finnes det en mening med livet? Finnes Gud? Hvem er Jesus? Hvorfor er jeg her? Hvorfor skjer det så mye ondt i verden? Hvor er Gud når livet er vanskelig? Hvordan blir fremtiden min? Hva tror jeg på? Disse og andre store og universelle spørsmål snakker vi om i konfirmasjonstiden.

Nå er det din tur!

Konfirmasjonstiden er en god anledning til å jobbe med slike spørsmål. Det er en tid til å bestemme seg for hvilke verdier du vil leve etter og om hva du vil tro på. Å være konfirmant er et annerledes år. Det skal være en tid som gir rom for å utforske hva livet er, hvem Gud er og hvem du selv er.



Konfirmasjonstiden skal gi rom for tro og tvil, for usikkerhet og undring og for sterke meninger. I tillegg skal vi også ha mye gøy sammen, vi skal leke, synge, dra på leir sammen og ha sosialt fellesskap.

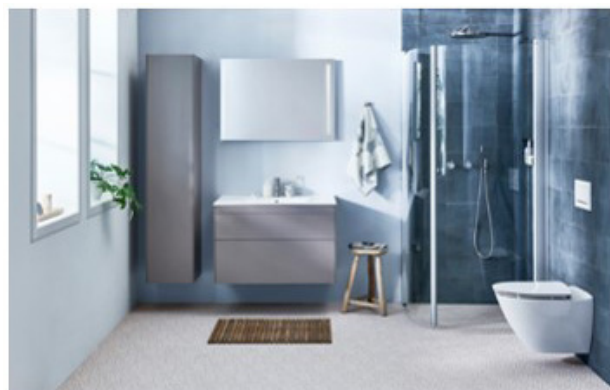
Du skal få lære mer om den kristne tro og bli utfordret til å tenke gjennom hvem du er. Konfirmanttiden skal være for alle. Uansett funksjonsevne. Ved behov for individuell tilrettelegging – ta kontakt med kirken!

Påmelding skjer på kirken.no/manglerud, under fanen «konfirmant». Der finner du også mer informasjon om datoer det er lurt å sette av allerede, og om innholdet i konfirmasjonstiden. Kontakt kapellan Birgitte Kessel på mail bk298@kirken.no

Hjertelig velkommen som konfirmant i 2022!



Martinsen & Brodahl AS



Din Rørleggerbedrift i nærområdet

- Alt innen rørleggerarbeid
- Rehabilitering av Bad
- Showrom

Tlf : 22 19 44 30 – Vakt tlf: 974 66 211

E-post: post@martinsenbrodahl.no

Surstoffveien 5, 0661 Oslo

RYEN

Tannhelseklinikk



Kr. 395,-

Førstegangsundersøkelse
inkl. to røntgenbilder, enkel tannrens og puss

Velkommen til tannlegene Åberg og Kristensen
Hos oss kan du få hjelp til
all tannbehandling.

Bestill time på Internett:
ryentannhelse.no

Tannlegene Jan L. Kristensen og Siri Beathe Åberg

Tlf. 22 29 57 03 E-post: post@ryentannhelse.no

Adr.: Enebakkveien 203, 0680 Oslo. Gratis parkering.

Viktigere enn noensinne!

Sumita er 11 år gammel. Hun drømmer om å bli lærer. Men skal man lære andre, må man ha lært selv. Sumita bor sammen med familien sin i en te-hage øst i Bangladesh. De som bor i te-hager har ofte dårlige rettigheter når det gjelder utdanning og helsetilbud.

Tekst: Haakon Korsgaard

Foto: Normisjon

I samarbeid med Normisjon har Manglerud menighet engasjert seg i barns og unges oppvekstvilkår i Bangladesh. Gjennom misjonsprosjektet vårt vil vi vise at vi er en del av den verdensvide kirke og gi et håndslag til menighetene i Bangladesh. En viktig del av deres arbeid er utdanning og skolegang for marginaliserte grupper. Særlig jenter og unge kvinner er i fokus, da disse i mindre grad får tilbud gjennom den offentlige skole.

I Bangladesh har offentlig skole vært – og er fortsatt – stengt på grunn av pandemien. Og elevene er i liten



grad gitt alternativer. Flere foreldre er bekymret for at barna deres ikke skal få gå på skole, forteller Nelson Sarkar. Han er direktør for Normisjons arbeid i Bangladesh. Normisjons

og gått hjem til elevene. Så tilbake til Sumita. Hun synes det er trist at skolene er stengt på grunn av koronaen, og hun ber for at situasjonen snart må bli bedre. “Men læreren vår besøker meg jevnlig for å veilede meg i det daglige skolearbeidet”, forteller 5. klassingen.

For Sumata og familien betyr det mye at hun får en utdanning. For hennes utdanning er nøkkelen for å åpne framtidsdører med god livskvalitet for den fattige familien.

Gir du klær, sko og tekstiler til Kirkens Bymisjon...

- gir du inntekter til vårt arbeid med barn, unge og voksne med ulike utfordringer i livet!

I dag sendes 70-80 prosent av klærne som kastes i Norge til en kostbar og lite miljøvennlig forbrenningsprosess. Når du leverer til våre innsamlingsbokser bidrar du til et miljøvennlig og bærekraftig alternativ.



Innsamlingsboks ved kirkens parkering

På Manglerud kirkes parkeringsplass kan du nå donere klær, sko og tekstiler til Kirkens Bymisjon. Vi oppfordrer alle til å ta en runde i klesskapet og donere klær, sko og tekstiler som ikke lengre er i bruk.

partnere driver 17 barneskoler med til sammen omtrent 750 elever. Der jobber Normisjons medarbeidere flittig for at elevene skal kunne fortsette utdannelsen sin.

Da skolene var stengt i Norge, ble løsningen nettbasert kontakt med læreren. Det er ikke like enkelt i et land hvor internett er dårlig tilgjengelig på landsbygda. Noen elever løser det ved å gå på markedet og finne en WIFI sone. Andre får det via naboens nettilgang. Men i mange tilfeller har lærerne brettet opp ermene

Det burde være å slå opp åpne dører, men misjonsprosjektet vårt er altså viktigere enn noensinne. Vi håper folk på Manglerud gjør som lærerne i Bangladesh: Brett opp ermene og gir et håndslag til barn og deres skolegang, også i disse vanskelige pandemitider.

Det er enkelt å støtte arbeidet. Manglerud menighet har opprettet et eget Vippsnummer for misjonsprosjektet. Vippsnummer 557902.

Vil du vite mer? Vi anbefaler Normisjons nettside; <https://www.normisjon.no/prosjekt/utdanning-i-bangladesh-2>.

JULENS ÅPNINGSTIDER PÅ MANGLERUD SENTER

SØNDAGSÅPENT

Søndag 5. desember: 14 – 18*
Søndag 12. desember: 14 – 18*
Søndag 19. desember: 14 – 18*

*Fellesarealer og spisesteder åpner kl. 13
Meny og Extra åpent til kl. 20

JULEGUDSTJENESTE

Søndag 12. desember: 12 – 13*

*Avholdes i senterets fellesareal

JULAFTEN

Fredag 24. desember: 09 – 13*

*Meny og Extra kl. 08 – 14

ROMJULEN

Mandag 27. - torsdag 30. desember: 10 – 21*

*Meny og Extra kl. 08 - 21

NYTTÅRSAFTEN

Fredag 31. desember: 10 – 16*

*Meny og Extra kl. 08 – 16

1., 2. juledag og 1. nyttårsdag: Stengt



Velkommen til Manglerud, nesten hjemme ❤️



Advents- og julekalenderen 2021

Her er en fullstendig kalender over alle arrangementer og ting som skjer i løpet av advent og julen. Det er konserter, advents- og julegudstjenester, julefest med mye annet spennende.

Hjertlig velkommen!

Julekonserter

22. november: Norwegian Gospel Voices

Koret Norwegian Gospel Voices (NGV) kommer til Manglerud kirke for å ha konsert sammen med pianist Keith Rikard Paredes. Det blir en times konsert med en blanding av eldre og nyere gospel-musikk, og forhåpentligvis noe for enhver smak! Dørene åpner 18:30, konsertstart 19:00. Billetter kan du finne på kirkens nettsider eller kjøpe i døren.

28. november: Manglerud og Høyenhalls skoles korps

Konserten er åpen for alle og starter kl 16.00. Både Aspirantkorpset, Juniorkorpset og Hovedkorpset vil bidra til god julestemning når de spiller for oss.

30. november: Musikals hyggekveld

Nordre Skøyen Hovedgårds PromenadeOrkester ble stiftet i 2004 for å gi et tilbud til eldre musikanter i Østensjø bydel. Orkestet spiller musikk for de godt voksne

[12 Manglerunden]

som liker gamle kjente slagere og god underholdningsmusikk. Det er alltid gratis inngang. Ta med venner og kjente til en stemningsfull aften i kirken!

4. desember: Østre Aker Musikkorps

Vi inviterer til vår tradisjonelle julekonsert. I år har vi med oss to flotte solister, Erik-André Hvidsten og Mari Lerberg Fossum. Følg med på vår Facebook side for mer info. Vel møtt til en konsert med mye flott julemusikk!

8. desember: Manglerud kirkes vokalgruppe

Velkommen til julekonsert i Manglerud kirke kl.19:30. Billett i døra 150,-. Billett kan og forhåndskjøpes via Vipps: 527381 (Merk med navn). Kom og få julestemning med oss!

11. desember: Abildsø skoles musikkorps

Korpset holder igjen sin tradisjonelle adventskonsert i Manglerud kirke. I dag teller korpset 47 musikanter

fordelt på aspiranter, juniorer og hovedkorps, og spesielt hyggelig er det å vise frem våre 12 nyrekrutterte aspiranter!

I Adventskonserten spiller vi julen inn med noe tradisjonell julemusikk, og annet korpset har øvd inn i løpet av høsten. Hovedkorpset ledes av dirigent Marte Hansen, juniorkorps ledes av Ingunn Tjernsbekk og aspirantkorpset ledes av Pranav Taneja.

Konserten starter kl 15.00, etter konserten inviteres alle inn til kaffe og kaker i storesalen. Velkommen!

12. desember: Abildsø Bygdekor

Velkommen til julekonsert i Manglerud kirke kl. 17:00. Under Jan Helge Trøens ledelse framfører vi kjente og kjære julesanger, samt et utvalg av Anders Øhrwall's GAUDETE. Med oss har vi oboisten Inga Scheitz og pianisten Bernhard Greter. Billetter á kr. 150,- kan kjøpes ved inngangen. Barn under 12 år, fri entré. Velkommen!

Advents- og jule- gudstjenester

28.november: Advents- gudstjeneste

1.søndag i advent starter vi adventstiden med gudstjeneste i Manglerud kirke for både stor og små kl.11! Abildsø bygdekor kommer og synger for oss, vi skal tenne det første adventslyset, synge og be sammen og snakke om hva adventstiden kan være for oss. Kanskje får barna være med å lage noe fint som kan henges opp i kirken eller hjemme? Uansett om du er ung eller gammel, kommer med familie eller venner eller alene, hjertlig velkommen. På kirkekaffen blir det avskjed med trosopplærer Ellen Tveita.

5. desember: Lysmesse

2. søndag i advent kl. 19 blir det en stemningsfull adventsgudstjeneste i Manglerud kirke. Vi tenner lys i desembermørket og venter på det store lyset, Jesus, som skal komme i julen. Etter gudstjenesten blir det gløgg og pepperkaker!

12.desember: Sentergudstjeneste kl. 12

3. søndag i advent flytter vi igjen kirka inn på Manglerud senter med glad sang og god adventsstemning.

På sentergudstjenesten vil du blant annet oppleve julespill, vakker musikk og god stemning. Barn fra 1-10 år fra menighetens barnegrupper, Knøttesang, Supersang og Triangel-klubben, sammen med Manglerud kirkes vokalgruppe, opptrer med sitt eget julespill. Barna bidrar som skuespillere og sangere, backet av vokalgruppa. Håper vi ses å Manglerud senter!

19. desember:

Julesanggudstjeneste
4. søndag i advent, kl. 11, inviterer vi til julesanggudstjeneste. Velkommen!

24. desember:

Julaftengudstjeneste
kl. 13:30 - julaften gudstjeneste med Manglerud og Høyenhall skolekorps.

kl. 15:00 - julaften gudstjeneste med Østre Aker musikkorps.

**1.Juledag: Høytids-
gudstjeneste**
kl. 12

**2. juledag: Felles
gudstjeneste**
For Bøler, Oppsal og Manglerud menigheter. I Manglerud kirke kl.11:00.

**31.desember:
Nyttårsaftengudstjeneste**

Nyttårsaften i Oppsal kirke kl. 23:15, felles gudstjeneste for Bøler, Oppsal og Manglerud menigheter i Oppsal kirke.

**1.januar:
Nyttårsdag**
Nyttårsdag i Lambertseter kirke, fellesgudstjeneste for prostiet i Lambertseter kirke

For barna

29. og 30. november:

Advents- og julevandring

Vi inviterer barnehagene i området til julevandring i Manglerud kirke. Barna får gå fra post til post, møte ulike karakterer fra juleevangeliet og leke seg gjennom fortellingen. En morsom opplevelse for store og små!

7. desember: Kirkemiddag

Velkommen til middag i kirken kl. 16:30, etterfulgt av morsomme aktiviteter for barn 1-10 år.

10.desember: freeDags

Fredag 10. desember kl. 19, freeDags

13. desember: Babysang

Velkommen til et populært tilbud for foreldre som er hjemme med baby! Vi starter med en halvtimes sangstund kl.11, etterfulgt av lunsj kl.11:30-12:30.

Fester

9.desember: Adventsfest

Torsdagstreffet inviterer til den tradisjonelle adventsfesten i storesalen kl. 11:30. Velkommen!

9.januar: Julefest

Menighetens julefest for store og små Søndag 9. januar er hele menigheten invitert til gudstjeneste med påfølgende julefest kl. 11. Her blir det opplegg både for liten og stor, god mat, gang rundt juletreet og besøk av de tre vise menn som har med seg godteposer til barna.

Gudstjenestelisten vinter 21/22

Her følger oversikt for gudstjenester i Manglerud kirke vinter 21/22. Følg med på kirkens nettsider for oppdatert informasjon.

Forbønngudstjenester

Søndag 23. januar kl. 11:00

Vi tror forbønn er viktig – derfor skal forbønn tilbys helt konkret også i gudstjenestene våre. I forbønngudstjenestene får alle mulighet til å komme opp til alterringen, eller på første benk og bli bedt for. Forbønn er en mulighet til å ta i mot kraft, styrke og velsignelse.

Vi får invitere Gud inn i livet vårt. Midt i vanskeligheter og sykdom kan vi be om å få overgi oss i Guds hender.

Forbønn kan forandre deg og livet ditt. Varmt velkommen! For oppdatert informasjon om arrangementer, se kirkens nettside.



Søndag 21. november kl. 11:00

Domssøndag / Kristi kongedag

Job 28,20–28, Kol 1,9–14, Matt 25,1–13

Supersøndag med dåp og nattverd

Søndag 28. november kl. 11:00

1. søndag i adventstiden

Jes 12,1–6, Åp 3,19–22, Matt 21,10–17

Gudstjeneste med dåp og nattverd.

Abildsø bygdekor.

På kirkekaffen blir det avskjed med trosopplærer Ellen Tveita.

Søndag 5. desember kl. 19:00

2. søndag i adventstiden

Jes 2,1–5, Hebr 10,35–39, Joh 16,21–24

Lysmesse

Søndag 12. desember kl. 12:00

3. søndag i adventstiden

Mal 4,4–6, 2 Pet 1,19–21, Joh 5,31–36

Gudstjeneste på Manglerud senter.

Knøttesang, Supersang, Triangelklubben og Manglerud kirke vokalgruppe

Søndag 19. desember kl. 11:00

4. søndag i adventstiden

Sef 3,14–17, 2 Kor 1,18–22, Matt 1,18–25

Julesanggudstjeneste

Fredag 24. desember kl. 13:30 og 15:00

Julaften

Jes 9,1a.2.6–7, 1 Joh 1,1–4, Luk 2,1–20

Manglerud og Høyenhall skolekorps deltar kl. 13:30 og Østre Aker musikkorps deltar kl. 15:00

Lørdag 25. desember kl. 12:00

1. Juledag

Ordsp 8,1–2.22–31, Hebr 1,1–6, Joh 1,1–14

Høytidsgudstjeneste

Søndag 26. desember kl. 11:00

Stefanusdag / 2. juledag

Klag 3,52–57, Fil 1,27–30, Joh 16,1–4a

Felles gudstjeneste for Bøler, Oppsal og Manglerud menigheter, nattverd.

Fredag 31. desember kl. 23:15

Nyttårsaften i Oppsal kirke

Klag 3,22–26, 1 Joh 1,5–7, Matt 11,25–30

Felles gudstjeneste for Bøler, Oppsal og Manglerud menigheter i Oppsal kirke

Lørdag 1. januar kl. 11:00

Nyttårsdag / Jesu navnedag i Lambertseter kirke

Salme 72,17–19, Rom 10,8b–13, Matt 18,19–20

Fellesgudstjeneste for prostiet i Lambertseter kirke

Søndag 2. januar kl. 11:00

Kristi åpenbaringsdag

Jes 51,4–8, 2 Kor 4,1–6, Joh 12,42–47

Gudstjeneste med dåp og nattverd

Søndag 9. januar kl. 11:00

2. søndag i åpenbaringstiden

Jes 53,6–9, Kol 1,15–20, Joh 1,29–34

Supersøndag med dåp, nattverd og menighetens julefest

Søndag 16. januar kl. 11:00

3. søndag i åpenbaringstiden

2 Mos 3,13–15, 1 Kor 8,5–6, Joh 1,15–18

Gudstjeneste med dåp og nattverd

Søndag 23. januar kl. 11:00

4. søndag i åpenbaringstiden

Ordsp 14,21–22.25.31, Fil 1,20, Luk 13,10–17

Forbønngudstjeneste med dåp og nattverd

Søndag 30. januar kl. 12:00

5. søndag i åpenbaringstiden

Salme 103,1–6, Jak 5,13–16, Joh 5,1–15

Gudstjeneste med presentasjon av konfirmanter

Søndag 6. februar kl. 11:00

6. søndag i åpenbaringstiden

Ordsp 4,18–27, Åp 22,12–17, Mark 13,21–27

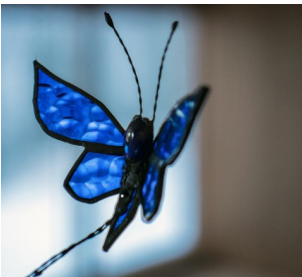
Supersøndag med dåp og nattverd



Torsdagstreff

Manglerud kirke ønsker alle hjertelig velkommen til torsdagstreff!

2.hver torsdag, 11.30 – 13.30. Programmet er variert og består av sang og musikk, dagens refleksjon, kåseri/foredrag og servering av smørbrød. Gratis adgang. Utlodning eller kollekt annen hver gang.



Datoer:

18. november:

Kongen og Dronningen av trekkspill. Randi og Willy Rustad. Utlodning.

9. desember:

Adventsfest. Prost

Sigmund Akselsen. Sophia og Mikael Blum, Bjørn Husom. Påmelding innen 3. desember.

13. januar: Program kunngjøres senere.

27.januar: Program kunngjøres senere.

Manglerud Kirke & Kultur

Fredag 26. november.

Omvisning på det nye Munchmuseet. Vi møtes i kirken kl 10.30.

Etter en kort samling drar vi sammen til MUNCH- museet i Bjørvika. Museet har ikke omvisninger i år, men vi bruker tiden sammen til kunstopplevelser. Og spiser lunsj sammen.

Mer informasjon kunngjøres senere. Kontaktperson er Anne Marie. Påmelding – senest tirsdag 23.nov.: 917 37 212

Fellesskapskvelder

24.november kl.19.00: Finn Folke Torp. Tema: Tvilernes håp (en slags musikal)

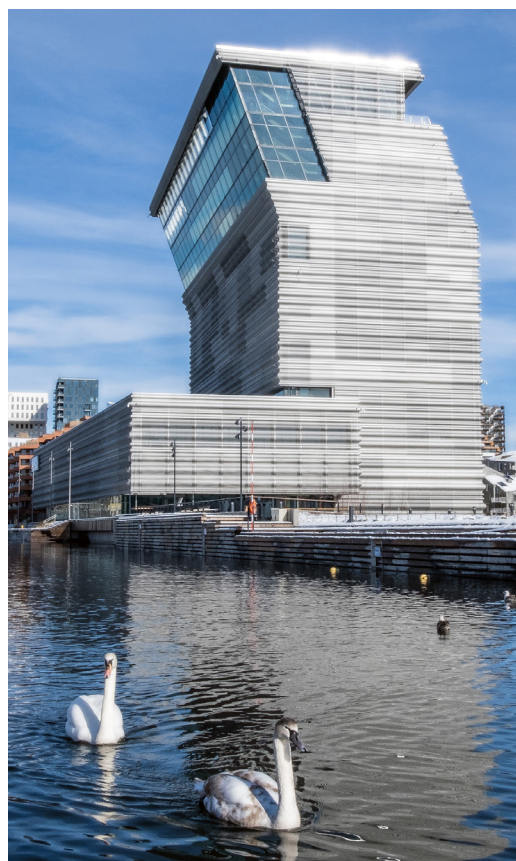


Foto: Harold Leenderts

Døde

Aud Lynder Walter
Bernt Selvig Lund
Kari Hildur Henrikka Lindberg Fure
Gunnar Grøvslien
Arne Rønning
Randi Solveig Aasnes
Sidsel Garmann Eide
Gunnvår Dehli
Edith Heimtun
Tor Arne Johannessen
Jostein Gilberg
Elna Eugenie Eriksen
Solveig Strand
Ivar Bjørn Hansen
Hans Kristian Nordby
Kari Synøve Mellem
Åse Haugskott
Ingeborg Jesperud
John Becher
Hans Fagernes
Ove Henry Waaler
Johanna Holter
Anneli Øiestad
Liv Askerøi

Døpte

Hedda Berthine Leszczyński
Kvalsund
Kasper Stillingen Halvorsen
Marie Bye Solberg
Torgeir Boy Kopperud Nielsen

Oliver Vilberg Kristensen
Emilie Sørgård-Skogseide
Viktor Karlsen Sagen
Lucas Hansen Müller
Philip Furulund
Theo Abrahams
Thea Kolstad Frøshaug
Alfred Matre Berg
Eivor Simonsen Vågsholm
Ellinor Abrahamsen
Milas Holst Aasvang
Mattis Taftø Brekk
Ella Hals
Arthur Abel Dalen
Villads Hoff-Olsen Klostermann
Iben Solemdal Hellem
Olav Hammer Saugstad
Georg Sjøbrend Holst
Live Ingebrigtsen Hagen
Leo Gregory-From
Julian Hellerud
Elias Ovedal Myrtveit
Emma Hellerud Fernsjø
Holly Moltubakk Ødegård
Mille Hanssen Beyer-Olsen
Amalie Hanssen Beyer-Olsen
Saga Vik Tangen
Molly Woll
Aurora Ugstad Andresen
Iver Blom Elve
Matilde Bekkevold Hansen
Emilie Bekkevold Hansen

ANNE LINE
BEGRAVELSESBYRÅ

Jomfrubråtveien 85,
1179 Oslo

☎ 461 90 056
post@annelinebegravelserbyraa.no

En verdig avskjed

Andakten:

Dybden i det vakre

Av: Kjetil Hoel Hauge

Sang og musikk har en helt egen evne til å bevege oss. Som melodier og toner kan nå inn og berøre, sånn kan også ord og tekster røre ved det innerste i oss. I advents- og juletiden er sangen «Hellige natt» særlig viktig for mange. Den har en nesten magisk melodi, som berører de dypeste strengene i mange av oss. I tillegg har sangen en mektig tekst som setter forståelige ord på julens magiske budskap.

«Hellige natt» rører ved det helt grunnleggende i våre liv, ja, faktisk vårt forhold til Gud. Julens store budskap forteller om en «nådestund for verden, da gudemennesket til jorden steg ned». Gud kom ned «for å forsone alle våre synder, og lide dødens smerte i vårt sted». Troen vår er knyttet til et håp som stråler over hele verden, og et lys som stråler over dal og fjell. Samtidig som vi oppfordres til å: Våkne opp! og se at Den hellige natten kom med frihet til vår sjel. «Hellige natt» forteller om en nådestund for verden, at julens fortelling handler om Guds kjærlighet til oss.

Dette er store ord det er vanskelig helt å lodde dybden i, det er vanskelig å skjønne og forstå. Men er det ikke akkurat det vi ofte kjenner dypest i våre liv i denne advents- og juletiden, at «de slitte dager fylles av lovsang og forgylles»? Er det ikke nettopp det kriblingen i vår liv handler om? Vi skjønner ikke helt julens evangelium, at Gud kom til oss, men likevel så berører det noe i våre liv. Vi settes i kontakt med det guddommelige uten helt å forstå det.

«Hellige natt» er ganske unik, med en magisk melodi som rører ved det innerste og en mektig tekst som forteller om julens store budskap. Det handler om en Gud som kom, en Gud som ønsker fellesskap med oss og om en Gud som inviterer til et evig liv i himmelen.

Med ønske om en velsignet advents- og juletid!

"Hellige natt"

Tekst: Adolphe Adam, norsk oversettelse: Ole Paus

*Hellige natt, du nådestund for verden,
da gudemennesket til jorden steg ned.*

*For å forsone alle våre synder
og lide dødens smerte i vårt sted.
Se, håpet stråler over hele verden,
og lyset skinner over dal og fjell.*

Menneske, våkn opp!

Og fryd deg ved din frihet!

*Og hellige natt som kom med nåde til
vår sjel!*

*Og hellige natt som kom med frihet til
vår sjel!*

*Menneskesønnen løste våre lenker,
en frihetsflamme lyser over jord.*

*Uvenn blir venn, og den fremmede du
frykter*

er ingen fiende, men en elsket bror.

*Se, håpet stråler over hele verden
og lyset skinner over dal og fjell.*

Menneske, våkn opp!

Og fryd deg ved din frihet!

*Og hellige natt som kom med nåde til
vår sjel!*

*Og hellige natt som kom med frihet til
vår sjel!*