

Manglerunden

Nummer 4/2024 · Årgang 56

Lokalblad for Manglerud menighet



4 Engasjerer seg i miljø og klima

Kirken kan ikke være likegyldig når framtidens livsvilkår står på spill. Les om hvordan kirken ønsker å engasjere seg i klima og naturmangfold.



12 Sammen for håp i midtøsten

Tidlig i høst bestemte vår menighet seg for å støtte Det Norske Misjonsselskap (NMS) sitt arbeid i Midtøsten.



14 Møt Magnar, ny kantor

Bare 14 år gammel fikk han sin første vikarjobb som organist. Nå får vi gleden av Børnes sitt musikalske talent på Manglerud.

s.6-7 Advent- og julesider

I advent- og juletiden er det mange hyggelige arrangementer i kirken for store og små. Det er konserter, fester, gudstjenester, aktiviteter for barna og mange andre fine aktiviteter. På disse sidene finner du informasjon om hvor og når de skjer og informasjon om hvert arrangement. Du er hjertelig velkommen til alle kirkens arrangementer og vi håper å se deg!



Tips

Få med deg

"Jul på Manglerud"

15. desember!



Redaktør:
Maria Freim

Bidragstyttere i dette nummeret:

Maria Freim
Stein Villumstad
Kjetil Hoel Hauge
Thomas Berbom
Kristine Berbom
Ingrid Fantoft
Anne Marie Lofthus Hindahl
Martha Søreide

Design og oppsett: Maria Freim

Distribusjon: Tone L. Walgermo

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, Rognerud, Abildsø og Ryen og sogner til Manglerud kirke. Dersom 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: 3900 kr

Halvside: 2500 kr

Kvartside: 1800 kr

Rubrikk: 600 kr



Menighetsrådsleder:

Tenn lys

Desember er en tid for lys. Lys som varmer og som gir oss mulighet for å se slik at vi finner fram.

Vi tenner lys. Når kveldene er mørke og kalde. Vi tenner lys for å holde varmen. Vi tenner lys for å se, og for å bli sett. Vi tenner lys for å finne veien gjennom den kalde desembernatta.

Desember er måneden der forskjellene blir tydeligere. Det kan være at vi erfarer at det vi har spart opp, likevel ikke strekker til. At det vi drømte om denne jula ikke blir noe av. At barndommens juledrøm plutselig bare forsvant, eller at det er en i familien som mangler når vi setter oss til bords. Desember forsterker det som er godt, men også det som kan være vanskelig.

I kirka snakker vi ofte om dette, og spesielt nå i førjulstida. Og vi snakker om håpet, om drømmen, om kjærligheten og om fellesskapet. Og vi snakker om hvordan vi kan tenne lys for hverandre. Hvordan vi kan være et fellesskap som gir håp, trøst og glede. For er det en ting som er sikkert er det at vi trenger hverandre.

Prest og forfatter Eyvind Skeie skriver i sin vakre adventssalme: Tenn lys, et lys skal brenne, for denne lille jord den blanke himmelstjerne, der vi og alle bor må alle dele håpet, så gode ting kan skje må jord og himmel møtes, et lys er tent for det.

Håpet er at vi også denne julen finner veien til det lille barnet i stallen, han som gir oss håpet, troen og kjærligheten.

Beste hilsen Thomas



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: 1506 21 80878

Merk betalingen: "Gave MR 4-24"



Andakten

Julen er en høytid de fleste av oss gleder oss til. En tid preget av fellesskap, varme og ekstra kos.

Tekst: Martha Søreide

Uansett hva man tror på feirer nordmenn landet over med familietid, julebord, god mat, pynt og gaver. For oss kristne har julen i tillegg en annen dimensjon: høytiden markerer at Gud kom ned til oss i kjøtt og blod.

Det aller høyeste kom ned til det aller laveste. Det er en sterk påminnelse om det sjokkerende og banebrytende med vår Gud. Midt iblant oss valgte Han å leve, og for oss valgte Han å dø.

Det hadde kanskje vært lettere å fatte hadde vi følt oss fortjent til det, om vi følte oss perfekte. Men ser vi ut på verden, eller dypt i oss selv, ser det alt annet enn perfekt ut.

I takt med mørkere dager mørkner nyhetsbildet og det kan føles som vi har mislykkes med hva Guds plan for oss må ha vært: å leve sammen i fellesskap hvor vi tar vare på hverandre og kloden.

Denne kontrasten blir særlig tydelig i julen nettopp fordi motsetningene mellom håpet og virkeligheten blir så store. Kriger, humanitære kriser og naturkatastrofer rammer store deler av verden, og selv om vi opplever mindre av dette her i nord er vi vitne til forferdeligheter som kryper



nærmere. For mange er denne julen også preget av økonomisk harde tider, i tillegg til sorg, ensomhet eller fysisk sykdom. Det kan se mørk ut for oss alle.

Men det er i det dypeste mørket Gud virker.

Gud kom ikke ned til oss i kjøtt og blod for en perfekt menneskehet. Dette er grunnlaget for hele vår tro.

At Gud elsker oss så høyt at Han kommer ned for å dø for oss vitner om vår Guds radikale kjærlighet. En kjærlighet som binder oss til Ham på en måte døden ikke kan skille. Han kom nettopp fordi vi er uperfekte og mislykkes.

Det betyr at selv i det mørkeste mørke skinner håpet. Det lever blant oss og blir med oss selv gjennom døden. Det kan kanskje være en trøst for flere enn meg: Vi er ikke alene.

Kontakt staben

Daglig leder Tone L. Walgermo (tw347@kirken.no)
Sokneprest Kjetil H. Hauge (kh362@kirken.no)
Kapellan Anne Marie L. Hindahl (ah288@kirken.no)
Kapellan Birgitte Kessel (bk298@kirken.no)
Trosopplæringsleder Ingrid Fantoft (if625@kirken.no)
Kantor Magnar Børnes (mb862@kirken.no)

Tlf: 23 62 99 42
Nettside: kirken.no/manglerud

Kontakt menighetsrådet:
Thomas Berbom (tberbom@gmail.com)
Martha Søreide (martha.soreide@hotmail.com)

Manglerud menighet engasjerer seg i klima og miljø

Kirken kan ikke være likegyldig når framtidens livsvilkår står på spill. Manglerud menighet, som del av kirken, ønsker å engasjere seg i klima og naturmangfold.

Av: Stein Villumstad

Vi kan ikke være likegyldige i møte med at jordas ressurser 2024 ble brukt opp 1. august, og at dersom alle hadde levd som en nordmann, ville jordas ressurser vært oppbrukt 12. april. Store og overveldende utfordringer med globale perspektiver berører oss på Manglerud, men enda mer dramatisk i deler av verden som ikke bidrar i særlig grad til klima- og natur-utfordringene vi er konfrontert med.



Et tre plantes på Skaperverkets dag, som tegn på livskraft.

Hva kan vi gjøre lokalt?

Vi tror på en Gud som bryr seg om oss mennesker, men også hele skaperverket med alt det levende og ikke-levende det består av. Menighetens «grønne gruppe» har et spesielt ansvar for å inspirere og legge til rette for at menigheten arbeider for en bærekraftig framtid. Den engasjerer seg i det som kan gjøres lokalt i kirken og kirkens nærmiljø og samtidig være med på å påvirke beslutningstakere som tar avgjørelser som har betydning for vårt land og vår klode.

[4 Manglerunden]

Engasjement i miljø og klima er ikke noe vi gjør «i tillegg til» menighetens «egentlige oppdrag», det er en naturlig del av vårt oppdrag. Skaperverkets dag som uttrykk for glede over alt som lever, gir oss mulighet til å reflektere over hva vi hver for oss og sammen kan gjøre for å ta vare på mangfoldet. En søndag på høsten feirer vi høsttakkefest, som også er en markering av hva naturen er, betyr og gir. I det svært nære gir det ekstra inspirasjon å gjøre kirkens uteområde fargerikt og frodig, noe ei «hagegruppe» har ansvar for.

Noen fra Manglerud menighet har tatt beina fatt for å påvirke norsk klima- og miljøpolitikk gjennom å delta i klimamarsjer i Oslos gater. Grønn gruppe oppfordrer mange til å stille opp i lignende markeringer i tiden framover.

Mange kjenner til Bytteboden på Manglerud gård hvor mange benytter anledningen til å finne klær og levere klær som ikke lenger er i bruk. Gjenbruk gjør godt for klimaet!

Internasjonal solidaritet

Hvert år engasjerer menigheten, og spesielt konfirmantene, seg i miljøspørsmål internasjonalt ved å støtte Kirkens Nødhjelps fasteaksjon som de siste årene har hatt tilgang til vann i ulike sammenhenger som hovedsak. Menighetens misjonsengasjement er også et viktig bidrag til fremme av en bærekraftig framtid for mennesker i land som lider under klimaendringene.



Manglerud menighet representert i klimamarsj, her foran Domkirken.

Kirken et grønt signalbygg?

Den grønne gruppa har en drøm om at Manglerud kirke kan bli et grønt signalbygg i nærmiljøet. En mulighet er å gjøre huset mer energi-nøytralt gjennom å installere jordvarme. Dette betyr et stort økonomisk løft, men vil betale seg på mange måter innen relativt få år ved at bygget blir selvforsynt med energi til oppvarming. I dag er ikke Manglerud på lista over kirker i Oslo som skal få jordvarme, men grønn gruppe ønsker å utforske om det er mulig å søke støtte for Manglerud kirke som grønt signalbygg blant aktører i lokalmiljøet, inkludert et mangfoldig lokalt næringsliv.



Velkommen ut i marka!

Gudstjenester i Østmarkskapellet

Østmarkskapellet ligger ca 2,5 km fra Grønmo parkeringsplass, og noe mer enn 3 km fra Skullerudstua. Den ligger på en kolle over Rundtjern. Alle menighetene i Søndre Aker prosti eier Østmarkskapellet sammen i en stiftelse.

Her er det gudstjenester hver søndag kl 12 nesten hele året, og det er salg av vafler og kaffe/te/mineralvann før kl 12 og etter gudstjenesteslutt ca 12.45. Utmerket for familier på tur i Marka. Det er muligheter for overnatting her, og det er gratis når man stiller som kaféverter på søndager. Bygningen holdes godt i hevd på dugnad, og rommene er oppgradert.

Kafé åpen kl. 11-14, men stengt under gudstjenesten .

17. november	Gunnar Kagge og Jan Ørnulf Melbostad
24. november	Kjell Nordstokke og Ørjan Apeland
1. desember	Espen Hasle og Jan Ørnulf Melbostad
8. desember	Morten Holmqvist og Jan Ø. Melbostad

Se www.ostmarkskapellet.no

Hjertlig velkommen!

Etiske retningslinjer for Manglerud menighetsråd

I ulike sammenhenger er det avdekket at kirkelige sammenhenger ikke er unntatt fra handlinger som bryter med grunnleggende etiske prinsipper. Vi har hørt historier om økonomisk utroskap, uakseptable mellom-menneskelige forhold, mobbing og illojalitet overfor fellesskapet. Ethvert fellesskap må tåle ulikheter og uenigheter, men kirken og menigheten skal være et trygt sted for både ansatte, frivillige og andre som kommer i kontakt med den. Derfor har Den norske kirke på sentralt nivå og for Oslo kirkelige fellesråd vedtatt etiske retningslinjer. Manglerud menighetsråd har nå også vedtatt etiske retningslinjer som skal bidra til trygge og forutsigbare forhold i vår menighet. Menighetsrådsmedlemmene er valgte

representanter og har et spesielt ansvar å opptre etisk forsvarlig, og retningslinjene forplikter dem på en spesiell måte.

Arbeid i rådet:

Retningslinjene forventer at råds-medlemmene er lojale mot kirkens verdigrunnlag og behandler alle som likeverdige. Konflikter som oppstår skal behandles med omsorg, ifølge god folkeskikk og slik at den enkeltes personvern tas vare på. Den enkeltes ytringsfrihet må respekteres, mens det samtidig forventes lojalitet mot beslutninger som er tatt i fellesskap. Menighetsrådets medlemmer kan gjerne stå fram i media om forhold i menigheten og dens arbeid, og det forventes at det gjøres på en reflektert måte som er i tråd med kirkens verdier.

Åpenhet om beslutninger:

Menighetsrådsmøtene er åpne for alle, og rådsmedlemmene skal bidra til åpenhet og innsyn i beslutningsprosessene. Samtidig skal gjeldende regler om taushetsplikt respekteres.

Ansvarlig arbeidsgiver:

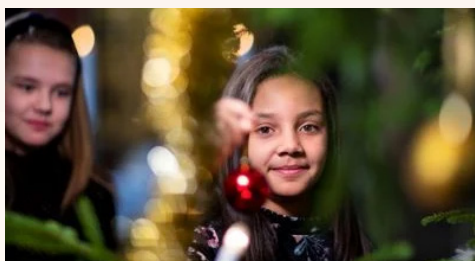
Menighetsrådet er arbeidsgiver for noen stillinger i menigheten, og i den forbindelse skal det fremme likes-tilling og mangfold og avverge alle former for diskriminering. Kirken skal være en trygg og inkluderende arbeidsplass. Både ansatte og frivillige har rett til å varsle om kritikkverdige forhold.

Retningslinjene er slått opp utenfor kirkens kontor og i våpenhuset i kirken (ved inngangen til kirkerommet).



Advents- og julekalenderen 2024

Her er en fullstendig kalender over alle arrangementer som skjer i løpet av advents- og juletiden. Hjertelig velkommen til konserter, advents- og julegudstjenester, julefest med mye annet spennende i Manglerud kirke!



Fester

5. desember:

Adventfest

Velkommen til vår tradisjonelle adventsfest. Torsdag 5. desember er dagen! Som vanlig begynner vi kl. 11:30. Program for festen: ord om advent, julemat, dessert og kaffe.

5. januar: Julefest

Til menighetens julefest for store og små søndag 5. januar er hele menigheten invitert til gudstjeneste med påfølgende julefest fra kl. 11:00. 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.

Gudstjenester

1. desember: Adventgudstjeneste

1. søndag i advent, kl 11, starter vi adventstiden med gudstjeneste i Manglerud kirke for små og store. Vi skal tenne det første adventslyset, synge og be sammen og snakke om hva adventtiden kan være for oss. Uansett om du er ung eller gammel, kommer med familie eller venner eller alene er du hjertelig velkommen!

8. desember: Lysmesse 2. søndag i advent inviterer vi til lysmesse i kirken kl 19. Vi er i starten av et nytt kirkeår og lysmessen knyttes opp imot forventningen om det store lyset, Jesus, som skal komme i julen.

15. desember: Sentergudstjeneste

3. søndag i advent kl.12 flytter vi kirka inn på Manglerud senter med glad sang og god adventsstemming. På sentergudstjenesten vil du blant annet oppleve julespill, vakker musikk og god stemning. Barn fra menighetens barnegrupper opptrer med sitt eget julespill og bidrar som skuespillere og sangere. Manglerud kirkes vokalgruppe blir også med. Velkommen og håper vi ses på Manglerud senter!

22. desember: Julesanggudstjeneste

4. søndag i advent, kl 11, inviterer vi til julesanggudstjeneste og vi synger julen inn.

24. desember: Julaftengudstjeneste

Se program på baksiden

25. desember: Høytidsgudstjeneste kl. 12:00.

På juledag inviterer vi til høytidsgudstjeneste med nattverd.

26. desember: Felles gudstjeneste for bydelen

kl. 11:00 På 2. juledag inviterer vi til fellesgudstjeneste for Bøler, Oppsal og Manglerud menigheter i Manglerud kirke med nattverd.

29. desember: Felles gudstjeneste for bydelen kl.

11:00. På romjuls søndag inviterer vi til fellesgudstjeneste for Bøler, Oppsal og Manglerud menigheter i Bøler kirke med nattverd.

31. desember: Felles nyttårsaftengudstjeneste

for bydelen kl. 23:15

På nyttårsaften inviterer vi til fellesgudstjeneste for Bøler, Oppsal og Manglerud menigheter i Oppsal kirke kl. 23:15.

Julemesser

30. november Manglerud gård

Velkommen til julemesse på Manglerud gård Lørdag 30. november kl. 10.00–15.00 og Søndag 1. desember 11.00–15.00.

Her kan du kjøpe flotte strikk- søm- og trearbeider, kranser, julebakst, saft, syltetøy, geleer og mye mer. Du kan betale med vipps og kort.

Det blir julebasar og åpen kafé med julesmørbrød, nydelige kaker og mye annet godt.

7. desember Bryn-speiderne

Bryn-speiderne ønsker velkommen til sin tradisjonsrike Julemesse i speiderhuset "Breidablikk" i Høyenhallveien 3.

Det blir salgsbord med store og små produkter, åresalg, trekning av loddpremier, kafé og ulike speideraktiviteter for barna. Vi starter kl. 10.00 og holder på til kl. 16.00.

Alle inntektene går til driften av speiderhuset. Vi ønsker nye og gamle venner velkommen til noen stemningsfulle førjulstimer!

15. desember fra kl. 11 Jul på Manglerud

- et av kirkens største
arrangementer
i desember!



I samarbeid med våre gode naboer Manglerud gård treffsenter 60 pluss og Manglerud senter inviterer vi til «Jul på Manglerud» søndag 15. desember fra kl. 11.

Det blir åpen kirke fra kl. 11, sentergudstjeneste fra kl. 12, stand med bålpanne og gløgg fra kl. 13 utenfor senteret, familiemiddag med tradisjonell julemat på Manglerud gård kl. 12 og 14, hesteekvipasje og vi avslutter dagen med konsert med Abildsø bygdekor i Manglerud kirke kl. 17:30. Våre lilla hjerter, med informasjon om, og ønsket om å gjøre Manglerud til et demensvennlig område, vil være sentrale gjennom dagen.

Hjertelig velkommen til Jul på Manglerud.

For barna

2. desember: Babysang

Velkommen til et populært tilbud for foreldre som er hjemme med baby! Vi starter med en halvtimes sangstund kl. 11:00, etterfulgt av vafler og kaffe.

4. desember: Kirkemiddag

Velkommen til middag i kirken kl. 16:45 for barnefamilier og alle som ønsker måltidsfellesskap, etterfulgt av morsomme aktiviteter for barn i alderen 1-13 år.

9. og 10. desember: Advents- og julevandring

Vi inviterer barnehagene og småskolene i området til julevandring i og rundt 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!



Julekonserter

«JUL PÅ MANGLERUD»

Julekonsert

med

Abildsø Bygdekor i Manglerud kirke

Dirigent: Eivind Vonen
Klaver: Siril Aufles Valberg

Søndag 15. desember kl. 17:30

Billetter: Kr. 200,-
Barn under 12 år: Gratis

Billettsalg ved inngangen, eller forhåndssalg
på VIPPS nr. 20669 «Abildsø Bygdekor»
Merk med «Julekonsert»

VELKOMMEN!

26. november: Nordre Skøyen

Hovedgårds Promenadeorkester
Nordre Skøyen Hovedgårds
Promenadeorkester og deres gjest
AKKSANG inviterer til en musikkalsk hyggestund.

Gratis inngang.

Ta med venner og kjente til en stemningsfull musikkalsk aften i Manglerud kirke tirsdag 26. november kl. 19:00.

7. desember: Østre Aker Musikkorps

Ta deg tid til en rolig time med musikk og julestemning med Østre Aker Musikkorps og vokalist Mari L. Fossum. Velkommen til tradisjonell julekonsert i Manglerud kirke!

9. desember: Kammerorkesteret

Formiddagskonsert kl 12 med Julespesial på Sentralen. Velkommen til en herlig konsertopplevelse med løs snipp og avslappet stemning der vi også – inkludert i billetten – får servert kaffe og bakverk.

10. desember:

Manglerud og Høyenhalls Skolekorps
Manglerud og Høyenhall Skolekorps inviterer til konsert. Konserten er åpen for alle og starter kl. 18:00. Både Aspirantkorpset, Juniorkorpset og Hovedkorpset vil bidra med flott musikk og julestemning.

12. desember:

Manglerud kirkes vokalgruppe

Med variert repertoar gleder vi oss til å synge julen inn på Manglerud torsdag 12. desember kl. 19. Kom med familien, en venn eller en nabo og opplev den fineste adventskveld. Dirigent: Ingrid Hanken og organist: Magnar Børnes. Pris 150kr, gratis for barn under 12 år. Billetter kjøpes på Vipps nr. 527381. Velkommen!

15. desember: Abildsø Bygdekor

Abildsø bygdekor inviterer til julekonsert i Manglerud kirke kl. 17:30. Dirigent: Eivind Vonen og klaver: Siril Aufles Valberg. Billetter á kr. 200,- kan kjøpes ved inngangen. Barn under 12 år gratis inngang.

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 du har noen spørsmål!

Supersøndag

- ◆ En gang i måneden har vi en ekstra barnevennlig 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 er det kirkekaffe med noe godt å bite i, og barna kan leke mens de voksne prater over en kaffekopp.

Datoer: 1. desember, 15. desember, 5. januar, 8. februar (Østmarkskapellet)

Datoer: 18. august (semesteroppstartsgudstjeneste for hele familien), 15. september (fireårsbok), 13. oktober (høsttakkefest), 17. november (Harry Potter-overnatting), 1. desember (1. søndag i adventsgudstjeneste, familievennlig), 15. desember (sentergudstjeneste på Manglerudsenteret med barnas julespill).
[8 Manglerunden]

KRIK-leirdøgn

KRIK Manglerud inviterer på overnattingstur i Østmarkskapellet 8.-9. februar. Mer info om dette kommer, men noen stikkord er: lek, aktivitet, og vi skal bli kjent og ha det skikkelig gøy! Leiren avsluttes med at vi lager og feirer gudstjeneste i kapellet sammen med resten av Manglerud menighet, som flytter gudstjenesten sin til kapellet denne søndagen. Mer info om leiren kommer i Facebook-gruppen «Barnefamilier i Manglerud kirke», så om du ikke er medlem der alt, bli gjerne med!

Supersøndag 15. desember

Semesterets siste Supersøndag, hvor vi arrangerer sentergudstjeneste på Manglerudsenteret. Her skal Familiesang, Superklubben og Triangel klubben fremføre julespillet som de fremfører hvert år, hvor barna får opptre i ulike roller, synge og pynte

seg i noen skikkelig stilige kostymer! 5 åringer i Manglerud sokn er spesielt invitert til å være med i julespillet, og har fått invitasjon til dette i posten.

Supersøndag 5. januar

Supersøndag med julefest. De tre vise menn kommer på besøk med gaver til Jesus, og ikke minst en overraskelse til barna! Etter gudstjenesten blir det kirkekaffe med god mat, noe varmt i koppen for store og små, samt aktiviteter for barna og juletrengang. Ta med hele familien og kom på en koselig stund i kirken!

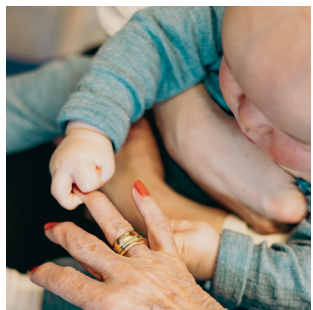
Supertirsdag

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

Datoer: 19. nov, 2. des., 14. januar, 28. januar, 11. februar, 25. februar, 11. mars, 25. mars, 8. april, 22. april



Få oppdatert informasjon og nyttige påminnelser.
Følg med på: facebook.com/manglerudkirke



Kirkemiddag kl 16:45-17:30

For alle!

Familiesang kl 17:30-18:00

Vi synger, beveger oss og koser oss sammen – det er kjempegøy! Familiesang er åpent for alle, men passer best for barn under skolealder, i følge med en voksen.

Superklubben

kl 17:30-18:00 For 4-6 åringer (voksne kan være med, men kan også drikke en kaffekopp i sofaen)

Triangelklubben kl. 17.45-19.15

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

Babysang

Velkommen til et populært drop-in

tilbud for foreldre som er hjemme med baby! Vi starter med en halvtimes sangstund kl 11:00, og etterpå serveres det vafler, kaffe og te. Det er også mulighet for å ta med matpakke og spise den sammen med andre.

Datoer: 18. nov, 2. des, 13. januar, 27. januar, 10. februar, 24. februar, 10. mars, 24. mars, 7. april, 5. mai

Barnekirka

En søndag i måneden, når det ikke er Supersøndag, er det barnekirke (også kjent som søndagsskole) i gudstjenesten. Da går barna ut midt i gudstjenesten og har sin egen samling med lek og bibelfortelling.

Datoer: 1. desember (denne dagen

blir det kombinasjon av barnekirke og supersøndag i gudstjenesten). Datoer for våren 2025 kommer på nettsidene til kirken, og på Facebook)

KRIK-fredager

Vi møtes to fredager i måneden, og målgruppen er barn i alderen 6-12 år. Datoer for vårsemesteret kommer på nettsiden og i facebookgruppen «Barnefamilier i Manglerud kirke». Oppmøte 17:30 i nedre dør i kirka (ved tårnet). Vi avslutter ca 19:30. Vi starter med KRIK-trening (fysisk aktivitet for alle + en kort samling der vi snakker om tro/livet/Jesus/..). Etterpå blir det kveldsmat og hang-out med biljard, bordtennis eller hva annet de ønsker. Ta gjerne med en venn!



MANGLERUD ADVOKATKONTOR

Advokat Kari Paulsrud m.n.a.

Advokat Gorm Are Grammeltvedt m.n.a.

- Fremtidsfullmakter
- Testamenter/arveoppgjør
- Samboeravtaler/ektepakter
- Barnevern
- Separasjon/skilsmiss/barnefordeling
- 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: Kari@kpaulsrud.no
Gorm@grammeltvedt.no

**Er du født i 2010? Da er det
din tur til å være konfirmant!**

Påmeldingen er åpen fram til 6. desember.
Mer info finner du på kirken.no/manglerud, under
fanen "konfirmasjon".

Arrangement for

Lørdagstreff i Manglerud kirke 30. 11

Kirkene i Østensjø bydel: Bøler, Oppsal og Manglerud, inviterer til lørdagstreff. Alle er velkomne, og treffet er spesielt tilrettelagt for mennesker med nedsatt funksjonsevne. Det blir en enkel samling med lystenning, refleksjon, sang og musikk. Etterpå blir det kaffe/saft, frukt, kaker – og bingo.

Kl 12.00 - 13.30. VELKOMMEN!



ANNE LINE
BEGRAVELSESBYRÅ

Lambertseterveien 2, 1160 OSLO

☎ 461 90 056

✉ post@annelinebegravelsesbyraa.no

🌐 annelinebegravelsesbyraa.no

EN VERDIG AVSKJED



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.

21. november: Blåtoner, betraktninger, viser og vers fra den blå timen. Anders Heimdal. Utlodning

5. desember Adventsfest

Velkommen til vår tradisjonelle adventsfest i Manglerud kirke. Torsdag 5. desember er dagen! Som vanlig begynner vi kl 11.30. Det blir julemat, dessert og kaffe. Advent – og julemusikk.

Pris kr 400,-. Påmelding skjer ved betaling. Vipps 10432. Påmeldingsfrist er 29. november.

Du kan melde deg på neste gang du er på torsdagstreff, hos Tone på menighetskontoret eller på telefon til Birgit 959 49 887.

9. januar Program kunngjøres senere

23. januar Program kunngjøres senere

6. februar Program kunngjøres senere

Hjertelig velkommen!

Kirkeboka

Døpte

Jonatan Lowzow
Eva Bergsland Carm
Mollie Stadsleiv Follestad
Josefine Bøe-Dreyer
Milene Lundin Johansen
Ludvig Søreng Christiansen
Samuel Sellin
Ellinor Kvaløy Kirste
Magnus Denk
Martine S. Skaare Botner
Oliver Istre Mjøllner
Kasper Evjen Brekke
Matheo Unhjem Meier

Døde

Ellen Marie Haakonsen
Kurt Sigurd Opthun
Lillian Marthinsen
John Charles Rønning
Steinar Høgda
Laila Synnøve H. Rolandsen
Maj-Britt Marion Furulund
Åse Randi Kopperud
Rolf Mikael Berge
Johnny Gunnar Evensen
Turid Sørli Isachsen
Rolf Arthur Nicolaysen
Berit Andreasson



voksne



Fellesskapskveld kl 19:00

I tillegg til foredrag, synger vi lovsanger sammen, spiser kveldsmat og inviterer til gode samtaler rundt bordene og et godt sosialt og åndelig fellesskap.

Oppdatert informasjon om vårens datoer finnes på kirkens nettside: kirken.no/manglerud.

Hverdagsgudstjenester kl.11:30

Ta din egen kirke i bruk! Vi har gudstjeneste med nattverd en torsdag formiddag i måneden. Etter en kort gudstjeneste inviterer vi til enkel kirkelunsj og godt fellesskap rundt bordet!

Alle er varmt velkommen!

Datoer:

Torsdag 13. februar

Torsdag 13. mars



Foto: Maria Freim



Foto: Alf Kjetil Walgermo

Velkommen!

Ingrid Hanken er ny dirigent i Manglerud kirkes vokalgruppe. Hun ble fast ansatt fra og med 1.8.2024. Velkommen til korets julekonsert 12.12 kl 19 i kirken.

Kirke & kultur

Tirsdag 26.nov: Gratis omvisning på Munch-museet, 13:00.

Oppmøte i kirken 12:00.

NB! Alle må melde seg på til Anne Marie: 917 37 212 senest 24. november. Velkommen!

Gudstjenester med forbønn

Vi tror forbønn er viktig,

– derfor skal forbønn tilbys helt konkret også i gudstjenestene våre. I forbønns-gudstjenestene 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.



Datoer:

Søndag 24. november kl. 11:00

Søndag 26. januar kl. 11:00

Vindu mot verden julen 2024

Misjon i dag: Sammen for håp i Midtøsten

Tidlig i høst bestemte vår menighet seg for å støtte Det Norske Misjonsselskap (NMS) sitt arbeid i Midtøsten. Det er et arbeid som tar sikte på å gjøre Guds kjærlighet synlig i samfunn der kristne er en minoritet og ofte lever under utfordrende forhold. Vi håper å engasjere hele menigheten til å bidra til dette viktige arbeidet.

Tekst: Kristine Berbom

Vi støtter blant annet:

TV og internett

I Midtøsten og Nord-Afrika er det få kirker og mange kristne opplever isolasjon. Den kristne arabiske TV-kanalen SAT-7 tilbyr filmer, dokumentarer, gudstjenester, samt talk-shows og undervisning rettet spesielt mot kvinner og barn. For barn på flukt tilbyr kanalen skolefaglig undervisning, som gir håp og læring til de mest sårbare.

Ungdom som Endringsagenter

Gjennom SAT-7-prosjektet YES (Youth for Enabling Society) ønsker man å inspirere ungdom i Midtøsten til å være positive endringsagenter i samfunnet. Prosjektet utfordrer unge til å tenke nytt om temaer som likestilling, konflikthåndtering og sosialt samhold. Gjennom medieinnhold og fysiske kurs får ungdommen verktøy til å skape en bedre fremtid for seg selv og samfunnet. Dette er spesielt viktig i en region hvor mange har mistet tillit til myndigheter og samfunnsstrukturer.

Juridisk bistand til forfulgte

I Pakistan står kristne ofte overfor store utfordringer, særlig med landets strenge blasfemilover. Center for Legal Aid Assistance and Settlement (CLAAS), som støttes av NMS, gir juridisk bistand til dem som urettmessig blir anklaget for blasfemi, besøker fengslede, og driver krisesenter for kvinner og barn.



Teologisk utdanning – digitalt og tilgjengelig

Evangelical Theological Seminary in Cairo (ETSC) har lansert et nettbasert teologisk utdanningsprogram med støtte fra NMS. Dette gir pastorer og kirkeledere, både i og utenfor Egypt, muligheten til å studere teologi uten å måtte reise.

Arbeid mot kjønnsbasert vold

På Anastasia undervisningssenter i Egypt får unge kvinner, som har vært utsatt for vold og overgrep, livsviktig støtte. Gjennom traumehelbredende workshops og oppfølging i ettertid, lærer de å se sin egen verdi og stå opp for sine rettigheter. I tillegg får 30 prester hvert år opplæring i å jobbe for holdningsendringer i sine menigheter. Dette prosjektet hjelper ikke bare enkeltpersoner, men hele lokalsamfunn, ved å bryte den kulturelle tausheten rundt overgrep.

Bilde: Nytt fra SAT-7-prosjekt i Midtausten - Midtøsten - Midtøsten

Vår menighet har satt seg som mål å være en aktiv støttespiller for dette viktige arbeidet. Vi oppfordrer alle til å være med, enten gjennom forbønn, økonomiske bidrag eller ved å spre informasjon om prosjektene. Guds kjærlighet blir synlig når vi står sammen, og hver eneste innsats gjør en forskjell.

La oss sammen be for våre søstre og brødre i Midtøsten, og la oss gi av det vi har fått, slik at flere kan oppleve håp, rettferdighet, og en mulighet til å leve frie og trygge liv.

SAMMEN
som kirke i hele verden

Manglerud gård seniorakademi våren 2025

Seniorakademiet fortsetter sine foredrag i 2025 og kan tilby noen spennende temaer og foredragsholdere. Foredragene holdes på Manglerud gård, annenhver tirsdag kl. 14:00.

Bli medlem for kr 125 pr. år og betal kr 150 pr foredrag. For ikke-medlemmer koster hvert foredrag kr 175.



Her er foredragene de første månedene i 2025:

- | | |
|-------------|---|
| 21. januar | Helge Simonnes Religion og politikk i USA, refleksjoner dagen etter presidentinnsettelsen. |
| 4. februar | Lasse Heimdal. Aldring og ensomhet. Samfunnets strukturer som skaper utenforskap, hva gjør vi med det? |
| 18. februar | Einar Lunde. Kina og den nye silkeveien. |
| 4. mars | Christina Pletten. Refleksjoner om amerikansk politikk i dag |
| 18. mars | Aage Borchgrevink. Putins Russland |
| 1. april | Per Anders Nordengen: Livsglede i livsalvoret |



La oss komme med maten, og du kan sitte ned og nyte sammen med gjestene dine.

Du kan være trygg på at du får en fin matopplevelse når maten leveres av Gunnar Ruud Catering AS.

www.gunnarruud.no
Tlf. 23 30 25 00

Gunnar Ruud
Norderhovgt. 7 - 0654 Oslo



Autoriserte Foterapeuter
SkøyenåsenSenter

463 10 213

Fokusfoten.no

RYEN Tannhelseklinikk



Kr. 695,-

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

Tannlege Siri Beathe Åberg
Tlf. 469 50 463 E-post: post@ryentannhelse.no
Adr.: Enebakkveien 203, 0680 Oslo. Gratis parkering.

ABLE TRAFIKKSKOLE



Trafikalt grunnkurs
6.-9. og 13.februar
6.-9.- og 13.mars
Kl.17:00.

Tlf: 452 03 811
E-post: tore@abletrafikkskole.no

Møt Magnar, ny kantor i menigheten

Som 8-åring begynte Magnar Børnes å spille piano. Bare 14 år gammel fikk han sin første vikarjobb som organist. Nå får vi gleden av Børnes sitt musikalske talent på Manglerud!

Tekst: Maria Freim

Foto: Linda Vabø

Børnes startet som kantor i kirken 1.september og er godt i gang! Han kommer fra Sotra utenfor Bergen. Nå har han, kona og den yngste datteren flyttet til Hasle.

– For å jobbe som kantor, må du kanskje ha et musikalsk talent. Hvordan oppdaget du ditt?

– Da jeg var 16 år gikk jeg idrettslinjen på folkehøyskole Hardanger. Da begynte jeg å spille litt vilt og besifring i tillegg til klassisk. Jeg fikk mange anledninger til å spille for andre, noe som ble godt mottatt. Det opplevde jeg veldig fint og jeg fikk gode tilbakemeldinger. Det gjorde så jeg fikk lyst til å fortsette med det.

Å uttrykke seg gjennom musikk og foto

– Hvorfor valgte du å blir kantor?

– Musikken ble viktigere og viktigere for meg. Jeg har nok et behov for å uttrykke meg. En måte å få gjøre det på er gjennom å få lage noe vakkert. Jeg driver og med naturfotografering. Ved siden av å uttrykke meg ønsker jeg å kunne gi andre gode opplevelser.

Det tok litt tid før Børnes begynte å studere for å bli kantor. Han startet på teologistudiet, men kjente på et savn om å skape. Teologistudiet hjalp han med å innse at han ønsket å studere og jobbe med musikk. Da han var 24 år gammel startet han på organiststudiet på Greigakkademiet, som den gang het Bergen musikkonservatorium.

Arbeid som gir mening

– Hvordan er en vanlig arbeidsdag for deg?

– Det er en miks av øving, planlegging, organisering og gjennomføring. Spille på gudstjenester, begravelser og diverse arrangement. Jeg liker å samhandle med andre musikere og sangere, så en del av arbeidsdagen går med på å øve med de og organisere, forteller Magnar.



Ti kjappe:

Dette er jeg god til:

Spille entusiastisk

Dette er jeg dårlig til:

Rydde i notene etter entusiastisk spill

Jeg kan ikke fordra:

Mopeder som kjører utenfor soverommet

Jeg er redd for:

Litt for mye... (er litt katastrofetenker)

Jeg liker å se på:

Brannkamper

Dette gjør meg glad:

Opplive at folk ser meg og bryr seg

Albumet alle må høre:

"STÄMNING" (2002) The real group og Eric Ericson

Favorittkomponist:

1: J. S. Bach 2: Frederic Chopin 3: Arvo Pärt

Jeg klarer meg ikke uten:

Gode venner og familie

Favorittbibelvers:

Salme 23

– Hva liker du best med å være kantor?
– Jeg er veldig glad i salmer og sanger. Det å spille til folk som synger syntes jeg er kjekt. Gjennom spillet ønsker jeg å uttrykke det teksten sier. Av og til opplever jeg at det er en åpen himmel over en sang, at vi plutselig skjønner det vi synger og tar det til hjertet. Jeg ønsker å hjelpe folk til å oppleve det man synger og

nigheten å spille til salmesang og solosang i guds hus, det berører meg dypt.

Jeg gleder meg til å spille skolegudstjeneste, med fulle kirke av barn som synger julesalmer av full hals med lyse røster, det er helt nydelig! Det å få spille til en full kirke med barnerøster er som å høre englesang. Da får jeg tårer i øyekroken, forteller han.

Ønsker å bringe mangfoldet av musikk

Magnar forklarer at han opplever at det er mange meninger om musikk og at det av og til kan det bli en polarisering, mellom de som vil ha det ene og de som vil ha det andre.
– Jeg opplever at folk kan mene at det bare er en sjanger som er bra nok eller kristelig nok. Hvis det blir en "vi og de"-polarisering mellom stilarter, syntes jeg det er leit. Jeg er veldig glad i all mulig musikk, fra gospel, til høykirkelig og klassisk til orgelmusikk. Jeg syntes mangfoldet er fint! Jeg ønsker å å bringe mangfoldet av musikk inn i kirken. Jeg har alltid likt en stor variasjon og stort sett har jeg fått en god tilbakemelding på det.

Alt fra de normale til skolegudstjenestene

– Hva gleder du deg til som kantor i Manglerud kirke?
– Jeg gleder meg til å spille helt vanlige gudstjenester. Det er et privilegium å være sammen med me-

Gammel, men god

Orgelet (J.H. Jørgensen, 1964) i Manglerud kirke, som er et pipeorgel med 32 stemmer, er fra Jørgensens orgelfabrikk.

Magnar har kontaktet en ekspert som sier at materialet og pipene i orgelet er gode. Det er noen feil med den elektriske overføringen mellom klavér og tone. Dette kan svikte i eldre orgler på grunn av alder.

– Det er et relativt gammelt orgel du skal traktere, tenker du at det fremdeles holder god standard?

– Jeg fikk høre før jeg begynte her at det var relativt gamelt og ikke så



Om

Alder: 58 år

Stilling: Kantor 50%

Sivil status: gift og har 3 jenter

"Krysningspunktet mellom tro og

musikk er tett på mitt hjerte."

å levendegjøre teksten og innholdet - at man kan oppleve at Gud er stor, at Gud er nær eller at Gud gir trøst. Krysningspunktet mellom tro og musikk er tett på mitt hjerte. Det å spille gudstjeneste, begravelse, det er mer enn musikk for meg. Det berører meg på det innerste. Det er dette jeg syntes er finest og er grunnen til at jeg er her jeg er.

Fin klang

– Hvordan

syntes du lyden og akustikken er i Manglerud kirke?

– Jeg syntes akustikken er veldig fin, det har også andre sakt før meg, at det er en passelig etterklang, ikke for lang og ikke for kort. Det er jo et litt gamelt orgel, men jeg syntes det låter ganske bra. Jeg tror at rommet gjør at det låter enda litt bedre. Akustikken i rommet gjør at tonene flyter fint sammen, forklarer Børnes.

fantastisk. Allerede da jeg var på prøvespilling tenkte jeg at orgelet kan jeg leve godt med og at det er mye fint å hente frem, forteller han.

I kirkens orgel er det i dag kun en tone som ikke virker. Det er en mørk tone på andre manual, så det er nok svært få som hører at tonen mangler når Børnes spiller. Tangenten virker, men det kommer ikke lyd.

Kanskje du hører tonen som mangler neste gang du hører orgelet i spill?

[Manglerunden 15]



Gudstjenester i vinter

Her er en oversikt over gudstjenestene i Manglerud kirke vinteren 2024/2025

Søndag 24. november kl. 11:00

Domssøndag/Kristi kongedag

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

Gudstjeneste med forbønn og nattverd. Abildsø bygdekor.

Søndag 1. desember kl. 11:00

1. søndag i advent

Jes 12,1–6, Åp 3,19–22, Matt 21,10–17

Gudstjeneste med dåp og nattverd.

Søndag 8. desember kl. 19:00

2. søndag i advent

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

Lysmesse.

Søndag 15. desember kl. 12:00

3. søndag i advent

Mal 4,4–6, 2 Pet 1,19–21, Joh 5,31–36

Sentergudstjeneste. Manglerud kirkes vokalgruppe.

Søndag 22. desember kl. 11:00

4. søndag i advent

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

Julesanggudstjeneste med dåp og nattverd.

Tirsdag 24.12 kl. 13:30 og 15:00

Julaften

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

Julaftensgudstjeneste. Manglerud og Høyenhall skolekorps og Selma og Sonny Holth deltar kl. 13:30 og Østre Aker musikkorps og Selma og Sonny Holth deltar kl. 15.

Onsdag 25. desember kl. 12:00

Juledag

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

Høytidsgudstjeneste med dåp og nattverd.

Torsdag 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 i Manglerud kirke, nattverd.

Søndag 29. desember kl. 11:00

Romjulsøndag i Bøler kirke

Jes 66,10–13, Rom 11,33–36, Luk 2,25–35

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

Tirsdag 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, nattverd.

Søndag 5. januar kl. 11:00

Kristi åpenbaringsdag

Jes 51,4–8, 2 Kor 4,1–6, Joh 12,42–47

Gudstjeneste med nattverd. Menighetsens julefest.

Søndag 12. januar kl. 11:00

2. søndag i åpenbaringstiden

Jes 53,6–9, Kol 1,15–20, Joh 1,29–34

Gudstjeneste med dåp og nattverd.

Søndag 19. 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 26.1 kl. 11:00

4. søndag i åpenbaringstiden

Ordsp 14,21–22.25.31, Fil 1,20,

Luk 13,10–17

Gudstjeneste med forbønn og nattverd.

Søndag 2.2 kl. 11:00

5. søndag i åpenbaringstiden

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

Gudstjeneste med dåp og nattverd.

Søndag 9.februar kl. 12:00

6. søndag i åpenbaringstiden i Østmarkskapellet

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

Sportsgudstjeneste i Østmarkskapellet. Ingen gudstjeneste i Manglerud kirke denne dagen.

Torsdag 13.februar

Hverdagsgudstjeneste

Søndag 16. februar kl. 11:00

Såmannssøndagen

5 Mos 6,1–9, 2 Tim 1,1–5;3,14–17, Matt 13,24–30

Gudstjeneste med dåp og nattverd.

Søndag 23. februar kl. 11:00

Kristi forklarelsesdag

2 Mos 34,27–35, 2 Kor 3,12–18, Luk 9,28–36

Gudstjeneste med dåp og nattverd.

Foto: Maria Freim

