



MENIGHETS- BLADET

FOR LJAN OG NORDSTRAND

Nr 6-2020 | desember 20 – januar 21 | 100. årgang

**KRYBBEN –
JULEN I MINIATYR**
SIDE 4

**HILSEN
FRA BISKOPEN**
SIDE 5

**JUL
I «KIRKEGATA»**
SIDE 16

foto: Marianne Fraser Lende

«Guds ord, det er vårt arvegods, det våre barns skal være»

Tekst: Dag Kjær Smemo

Hva skal barna våre arve, er vi eldre ofte opptatt av. Kanskje er våre arvinger også opptatt av hva de kan forvente seg å arve fra foreldre, besteforeldre eller andre? Er det mest stas med penger, eiendom eller gjenstander?

Vår salme har et litt annet perspektiv: Guds Ord det er vårt arvegods. Da tenker vi ikke nødvendigvis på hvor mange bibler vi etterlater oss. Mens kanskje «mors eller fars bibel» også kan være noe å ønske seg i arv? En velbrukt bibel sier noe om eieren, noe som kan gi inspirasjon til neste generasjon? Så salmen kan kanskje gi oss en viktig påminnelse og utfordring: har vi etterlatt oss en bibelbegeistring? En respekt for Bibelen? En tillit til at Bibelen er viktig for oss i hverdagen?

Noen av oss har jo vokst opp med bibelhistorie og salmevers i barne-skolen og med søndagsskole og bibelfortellinger på flanellograf. Dagens barn og unge må få en bibelkunnskap på andre måter. Kanskje har vi besteforeldre en viktig oppgave her. Med å gi våre barn og barnebarn bibelopp-levelser i hjemmet? Barn liker når andre leser høyt for dem. Høytlesning fra barnebibler er en fin arv å gi videre til neste generasjoner.

**«Gud, gi oss i vår grav den ros,
vi holdt det høyt i ære!»**

I begravelser og i minnesamvær vil vi gjerne si positive og rosende ord om avdøde. Salmen er tydelig på et ønske om at vår bibelbegeistring må bli husket etter oss. «han var en Bibelmann, hun var en Bibelkvinne», vil for mange av oss være det beste ettermæle vi kan ønske oss.

**«Det er vår hjelp i nød, vår trøst i liv
og død;»**

Grundtvig, og Luther, hadde selv begge sterke erfaringer med at Guds Ord var til hjelp og trøst i gode og vanskelige dager. Har Bibelen en plass i din hverdag, i gode og mindre gode dager? Vi trenger vel alle noe å styre våre liv etter, og noen ord til trøst og oppmuntring i hverdagens store og små avgjørelser. Mange av Menighetsbladets lesere kan underskrive på at Guds ord er viktig for dem.

Bibelen inneholder utrolig slitesterke og fremdeles aktuelle salmer, skrevet for tre tusen år siden. Gi dem gjerne en sjanse i gode og vanskelige dager!

**«o Gud, hvordan det går, la dog mens
verden står, det i vår ætt nedarves!»**

Mange hevder at Bibelen er en gammel og foreldet bok som ikke har noe å si oss

moderne mennesker. I mange år reiste jeg som fotojournalist for det internasjonale bibelarbeidet. På mine turer i Øst-Europa og Kina hørte jeg mange sterke historier om Bibelen. Boka som ble forbudt av Stalin og Mao overlevde likevel i både en og flere generasjoner. Bestemødre fortalte sin barn og barnebarn om Jesus og Bibelens budskap. Noen menigheter hadde kanskje bare én bibel, da var de kreative og delte bibelarkene mellom seg, så roterte de løse bibelarkene mellom de bibelhungrige medlemmene i undergrunnsmenigheten. Eller de skrev av bibeltekstene og lærte dem utenat, og fortalte videre til andre. Guds ord skulle «nedarves». Hva kan du gjøre for at Bibelen blir et «arvegods» også i Norge?

Årets julegave?

En barnebibel i gave til barn eller barnebarn? Eller en du kan lese høyt fra den når du har barn på besøk? En av de bedre barnebibler er Svein Tindbergs sprudlende: Bibelfortellinger for barn.

Et digitalt bibeltips:

Bli kjent med den «nye» bibelteksten fra 2011: Abonner på «Dagens bibelord» på epost eller som sms, gratis fra Bibelselskapet.: bibel.no



Foto: Erling Smemo

«Guds ord, det er vårt arvegods,
det våre barns skal være.

Gud, gi oss i vår grav den ros,

vi holdt det høyt i ære!

Det er vår hjelp i nød,

vår trøst i liv og død;

o Gud, hvordan det går,

la dog mens verden står,

det i vår ætt nedarves!»

Tekst: Grundtvig 1817

Melodi: Martin Luther 1529

Norsk Salmebok nr. 569



DET BLIR JUL!

Tekst: sokneprest Anne Grete Listrøm
Foto: Hans-Jørgen Hagen

Jeg liker godt at ting gjentar seg, og særlig liker jeg at ting gjentar seg i jula. Og for mange er det jo nettopp mye som er likt, jul etter jul. Vi er kanskje sammen med de samme menneskene, i litt forskjellige konstellasjoner jula igjennom, vi spiser gjerne den samme maten, år etter år, og ofte har vi vel en rigg som ligner også, på adventssøndager, lille julaften og julaften og dagene i romjula. En slags fast liturgi som gir trygghet og glede. For mange inneholder den en tur eller flere innom kirken sin, og vi som arbeider i Ljan og Nordstrand kirker er glade for den høysesongen som jula er.

I år er mye av det som jeg i alle fall liker aller best som ikke lar seg gjøre å gjennomføre på akkuratsamme måte som vi pleier. Overfylte kirker, lange køer inn og ut, og «Deilig er jorden» som flerstemt kor, tett i tett –

det går rett og slett ikke i år. Allikevel blir det jul i kirkene, selvfølgelig blir det det – selv om vi gjør noe annerledes enn vi pleier.

Det blir i år mulighet for julevandring rundt Nordstrand kirke, både for barnehagebarn, skolebarn og alle andre som har lyst, både før jula og i jula. I adventshelgene blir det også opplegg for barnefamilier på ettermiddagstid; følg med på hjemmesider og vår Facebook-side, og bli med.

For at så mange som mulig skal få være med på gudstjenester i jula, så blir «Gutten som englene sang om» fremført to ganger i Nordstrand kirke i år, klokken 17.00 og klokken 18.00 på lille julaften, 23. desember. Første juledag har vi også to gudstjenester i Nordstrand kirke, klokken 12.00 og klokken 13.00. Det er i alle fall planen, men endringer kan skje – vi er oppdaterte på hjemmesiden vår, så følg med her.

Julaften blir det flere ekstra gudstjenester i Ljan kirke (se gudstjenestelista) og i begge kirker vil det være en type påmelding for å delta på julaften, vi legger ut oppdatert informasjon om

hvordan vi gjør dette, så snart vi vet mer.

Det blir også konserter å være med på i begge kirker. For eksempel blir det, tradisjonen tro, Ungdommens julekonsert den 16. desember, og Nordstrand kirkekor og Nordstrand ungdomskantori har sin julekonsert den 13. desember.

Så jul blir det! For innerst i jula, bak glitter og granbar, under pakkehauger og julepynt, uberørt av om det blir sprø ribbesvor eller ikke, så finner vi nemlig en vidunderlig fortelling. En merkelig kjærlighetshistorie som innbefatter en slitsom reise, en dårlig planlagt fødsel og forvirrende nyheter til både høy og lav, engler og hyrder – om at Gud er kommet til oss. Til oss! Så selv om juleriggen i år blir annerledes, kanskje både hjemme og i kirken, så er denne fortellingen helt den samme. Heldigvis.

Vel møtt til Nordstrand og Ljan kirker julen 2020!

EN JULEKRYBBE GJØR JULEN MER LEVENDE

Tekst: Reidar Ø. Brevik, foto fra Bok & Media v/ RØB

Denne tradisjonen stammer fra katolske land i Sør-Europa og kom til Norge fra Tyskland, slik som juletreet. Frans av Assisi kan ha vært opphavsmannen da han i 1223 lagde et opptrinn i en grotte med levende mennesker som forestilte den hellige familie. Tanken var å levedejgjøre juleevangeliet for folk flest. Skikken spredte seg til Frankrike, der julekrybber etter hvert vant innpass i kirkene.

Utbredelsen av julekrybber i Norge ble bremsset av reformasjonen. Først

ut på 1900-tallet fant den veien inn i hjemmene, der den for lengst er blitt ikke bare akseptert, men også elsket. En julekrybbe er nemlig god pedagogikk. Her trer julebudskapet tydeligere fram; virkeligheten åpenbarer seg for oss og konkretiserer Skriftens ord.

Kjære småbarnsforeldre!

Her har dere en gylden mulighet til å drive litt dåpsopplæring! Skaff dere en julekrybbe - eller lag den - og bruk den aktivt i advents- og juletiden. Figurene kan lages av nesten hvilket som helst materiale: papir, papp, tre, gips, plast, ull, plastelina. Stein eller metall er vel mindre egnet til hjemmeproduksjon. Det er ikke vanskelig å snekre en stall og finne en liten eske til krybbe og en skål til vann for dyra. Strå eller halm i krybber gjør tablået mer realistisk.

Ikke sett fram alle figurene på en gang, la det være en progresjon. Før jul kan det være nok å begynne med stallen, krybber og noen sauer, kanskje også gjeter. Høydepunktet kommer på juledagen, da settes Maria, Josef og Jesusbarnet på plass. Ikke glem eselet da, som trofast bar Maria til Betlehem og videre under flukten til Egypt.

Hvis krybber står i en bokreol, kan englekoret få plass i hylla ovenfor. En stor stjerne hører også med. Vismennene dukker opp på 13. dagen og fullfører fortellingen. Og til neste år, da kommer barnas glede over gjensynet i tillegg til aktiviteten. Og er ikke barnet ditt døpt, så er krybber en spennende juleforberedelse likevel.

Bok & Media i Akersgata har landets største salgsutstilling av krybber og krybbefigurer.





Foto: Dag K. Smemo

Julehilsen 2020, Kari Veiteberg, Oslo biskop

For svært mange av oss har dette vært et merkelig år. Et år med høylytte nyheter om krigshandlinger og ufred og om en truende pandemi som ennå ikke er overstått. Et år med stengte grenser og smittevernstiltak der vi har vært nødt til å leve, feire og sørge på en annen måte enn før. Det har også ført til at mange har utforska og nyoppdaga det de trodde de kjente: sin egen heim og familie, heimstaden og heimlandet. Det er ikke få som har fortalt meg om at de har begynt å gå turer i nabolaget, lytta til lyder de ikke har brydd seg om før, som fuglesang og lagt merke til stier og blomster de tidligere hadde oversett.

Kanskje er det også noe av det vi skal gjøre i juletida? Leite etter og ta inn lysglimt, legge øret til jorda og høre etter svake lyder som kan gi håp

og tenke på alt det som lett havner i skyggen av prangende overskrifter og reklamebulder. For det er ikke sikkert at det er slik at den første lyden av jul er jublende gledessang eller utagerende familiehygge. Dette året har det blitt viktig for meg å oppdage at de første juleorda verken handler om glede eller heimekos. De første juleorda er «frykt ikke», sagt med innesemme til mennesker som er redde eller urolige. Engelen sa det til Maria og gjentok det for gjeterne julenatta: - Frykt ikke! Vær ikke redde! Da Jesus ble voksen, sa han det gang på gang, det er nesten som et refreng som går gjennom heile Bibelen: Vær ikke redd! Det er over fire hundre oppfordringer til å ikke frykte i Bibelen, flere enn det er dager i året. På den måten kan Gud hilse oss hver morgen, kanskje etter ei søvnløs natt, med disse ordene:

«Frykt ikke - vær ikke redd!»

Mitt håp for denne jula er at vi alle gir oss tid og rom til å i stillhet lytte etter Guds stemme, lyden av noen som sier oss at vi ikke trenger å være redde. Det kan være i form av den jevne lyden av hjerteslag, av småbarnspludder eller øyne som ser opp på oss med tillit. Kanskje kan vi også bøye oss ned og legge øret til jorda og lytte etter tegn som gir håp. I den mørkeste av alle netter, hvisker Marias barn: «Jeg er her, jeg kommer med fred, gi for all del ikke opp håpet. Vi går mot lys.»

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.



Maria Honningsvaag

LANG TRADISJON FOR BABYSANG I KIRKA!

Tekst og foto: Marianne Fraser Lende

I mange år har vi drevet med babysang i Nordstrand og Ljan menigheter. Dette skjer på onsdager på Nordstrand menighetscenter. Under Corona var det mange måneder uten, og mange savnet tilbudet. Nå er vi i gang igjen, og det er Maria Honningsvåg som leder babysangen. Maria er oppvokst på Nordstrand, fyller straks 30 år og bor nå midt på Grünerløkka.

Før hun begynte å jobbe i kirka, har hun studert i mange år, fellesnevneren gjennom studietiden er musikk. Fra musikklinja på Manglerud videregående skole til Viken Folkehøgskole i Gjøvik. Så ble det Høgskolen i Staffeldts gate med 4 år på linjen Musikk, menighet og ledelse. Etter det ble det musikkterapi på musikkhøgskolen, og nå er hun ferdig utdannet musikkterapeut.

-Vi spurte Marie om hva musikk betyr for henne

Jeg har alltid elsket musikk. Jeg tror jeg begynte å synge før jeg kunne

snakke. Jeg begynte å spille fiolin da jeg var 6 år og spilte i orkester i 10 år (Nordstrand skole- og ungdomssymfoniorkester). Jeg har fortsatt fiolinen liggende og tar den fram av og til, og mye sitter fortsatt. Jeg har sunget i kor så lenge jeg kan huske, helt fra mamma dirigerte et barnekor her i Nordstrand da jeg var liten. I dag synger jeg i SKRUK, og verdien av et musikalsk miljø er helt unikt for meg. Det å få glede andre og treffe andres følelsesregister gjennom å synge eller spille er noe av det fineste jeg vet om. Musikk hjelper meg når jeg har dårlige dager og med å gjøre gode dager enda bedre.

Det er ikke sikkert alle vet hva babysang er og hva man gjør på onsdager, kan du fortelle litt?

Babysang er et tilbud for de minste barna og med en av foreldrene. Det viktigste målet for babysangen er å knytte kontakt mellom barn og forelder. Tilbudet er i all hovedsak for barna, men også et fint sosialt møtepunkt for foreldre, enten de er nybakte foreldre eller har flere barn. I disse dager er dette kanskje ekstra viktig for både foreldre og barn.

Jeg pleier alltid å si at på babysang er alt lov og man tar hensyn til sine egne og babyen sine behov. Man kan ta pauser etter behov, amme, skifte bleie osv. Det viktigste er å kommunisere med barnet sitt, bruke øyekontakt og bruke musikken som et middel. Det eneste jeg pleier å si at ikke er lov, er å si at man synger stygt. Det er ikke lov. På babysang er alle forskjellige og har ulike utgangspunkt og behov. Barna er fellesnevneren, og det er de som står i fokus og båndet mellom foreldre og barn.

På babysang så prøver jeg å lage et opplegg med sanger og noen bevegelser som kan bidra til å styrke båndet mellom foreldre og barn. Sangene kan også tas med hjem og inn i hverdagen med bleieskift, mating, bilkjøring og legging. Derfor har jeg blant annet lagt ut en spilleliste med sanger vi bruker, så foreldre kan høre på dem hjemme. Opplegget varer i ca 30 minutter hvor vi har noen kjente barnesanger og noen kristne sanger. Jeg forsøker

å tilpasse litt underveis, men åpner sånn passe rolig med velkommensang og litt kjente barnesanger, så får vi opp tempoet litt og synger litt om kroppen vår og får litt bevegelse, før vi roer litt ned og synger litt om havet. Til slutt er det en nattasang-del hvor vi synger litt rolige sanger. Her er det flere som sovner eller som allerede har sovnet.

Hva inspirerer deg til å jobbe med babysang?

Jeg er utrolig glad i barn og syns det er spennende å utforske og se på relasjoner mellom mennesker. Da jeg var yngre, jobbet mamma faktisk her i Nordstrand og hadde onsdagstreff nede i ungdomslokalene, og da var det nok mye likt med slik babysang er i dag. Så det er nok mye inspirasjon som kommer fra mamma. For meg har musikk en stor betydning og har gjort det fra jeg var bitteliten. Mamma har sunget masse for meg opp igjennom. Jeg har vært med overalt som en slags maskot og fikk nok musikk inn i hjertet og kroppen veldig tidlig. Det å sovne til mammas syngende stemme er noe

jeg tar med meg hver dag. Jeg husker sangene enda, og de videreføres til tantebarn og kanskje mine egne barn en gang. Det er noe av det som inspirerer meg og noe jeg håper å inspirere til på babysang. Men mitt aller viktigste budskap er at sang og musikk er for alle, uansett stemme

eller bakgrunn. Babyen din trenger å bli kjent med din stemme, og det er båndet mellom dere som er viktig og i fokus. Og da må man prøve å ikke sammenlikne seg med noen andre.

Følg babysang på Nordstrand menighetscenter på facebook. Her vil du finne oppdatert informasjon om klokkeslett og eventuelle endringer. Dagens situasjon gjør at mye endres fra uke til uke. Vi vil så langt det lar seg gjøre gjennomføre babysang på en trygg måte og endre og legge til rette ut i fra nye regler som kommer.





KVELDSGUDSTJENESTER I NORDSTRAND KIRKE - ET NYTT KONSEPT

Tekst: Hans-Jørgen Hagen
Foto: Marianne Fraser Lende

Noen ildsjeler av relativt unge menn har utarbeidet et kveldsgudstjenestekonsept som to ganger i høst har blitt satt ut i livet. Det planlegges nye kveldsgudstjenester til vinteren, og de to første går av stabelen søndag 17. januar og søndag 21. februar, begge ganger kl. 20.00 i Nordstrand kirke.

- Vi er en gruppe med Thomas Haugeli Halvorsen, Knut Helge Badendyck Møller, Olav Fraser Lende, Pål Magnus Slåtto, Øystein Bang og meg selv som har tatt initiativet, forteller Jørund Almås til Menighetsbladet. Noen av oss har bakgrunn fra Storsalen og hentet inspirasjon derfra, andre er oppvokst på Nordstrand. Vi ønsker å lage en kveldsgudstjeneste cirka en gang i måneden.

- Ut fra hvem som har kommet på de to første gudstjeneste, tror mange at dette er for ungdom og unge voksne, forteller Jørund. Men dette er for alle, derfor kaller vi det kveldsgudstjeneste og ikke ungdomsgudstjeneste. Og vi tar gjerne med kvinner inn i styringsgruppa.

Det er ingen hemmelighet at det er gode musikalske krefter i og rundt denne gruppa. Vi ser fram til gode stunder i kirken.



Lokalhistorie

JULAFTEEN PÅ NORDSTRAND KIRKEGÅRD 1915

Tekst: Reidar Ø. Brevik | Foto: Narve Skarpmoen

A henge opp kornband (fuglenek) på låvebroa eller andre steder på tunet var vanlig i det gamle bondesamfunnet. Også småfuglene skulle få noe ekstra i juletiden. Neket skulle bindes av halmstrå av havre med kraftige aks. Fra bygdene spredte skikken seg til bymessige strøk og til kirkegårdene, ikke minst via landlige julekort med dyp snø og dompaper i neket.

Man kunne tro at skikken har en religiøs bakgrunn. I Jobs bok leser vi at «I fullmoden alder skal du gå i graven, som kornband samles når tiden er inne.» Men det har vært vanskelig å finne kilder som bekrefter dette. Kanskje noen av leserne kan bidra med innspill her?

Det finnes også en annen kilde fra som sier noe om denne skikken hos oss. Veiarbeideren Alfred Kristiansen (1875-1961) bodde i Skullerudhølet ved Rustadsaga. Han ønsket seg et kornband på grava på Nordstrand kirkegård til jul. Det sørget slektningene hans for.

Fotograf Skarpmoen bodde i Setervn.1 og ble forøvrig presentert i menighetsbladet nr.3, 2019.

Kilde: Årbok for Søndre Aker Historielag 1987, Nasjonalbiblioteket v/Siri R. Iversen



De færreste gravstedene ble pyntet slik som dette, med en granbusk med kongler og noe som ligner kunstige blomster. Er det lysestaker som er plassert rundt graven? Og er den høye kassen ment å skjerme selve gravminnet?



Bildet er tatt på feltet vest for Ekebergveien, men motivet virker noe arrangert. Hvorfor plante flere kornband i snøen så tett inntil hverandre? Personene er neppe pårørende, men to barn fotografen har stilt opp for anledningen.



TIMEOUT I JULEN

Tekst: Gisle Hollekim

Foto fra Bok & Media v/ R. Ø. Brevik

... og mens de var der, kom tiden da hun skulle føde ...

Disse høyst dagligdagse ordene forteller slett ikke noen unik historie i og for seg. At en kvinne føder et barn, er helt naturlig og vanlig over hele kloden, selv om det for den enkelte uansett er et stort mirakel. Men når vi henter frem fortellingen om Jesu fødsel for over 2000 år siden, vet vi at dette var en fødsel som skulle få store konsekvenser. Juleevangeliet er noe helt spesielt som er ført videre fra slekt til slekt i århundrer hos oss og i store deler av verden. Fortellingen skaper gjenkjennelse, tradisjon og trygghet. Vi er ved vår kulturs dypeste røtter.

Det var epokegjørende ting som skjedde den gang i Betlehem slik Bibelen forteller om. Hendelsen var så viktig at hele vår tidsregning starter her. For å tidfeste små og store begivenheter skriver vi f.eks. 500 år f.Kr. eller 800 år e.Kr. Noen bruker imidlertid forkortelsen fvt eller evt, som betyr «før/etter vår tidsregning». Men også da er utgangspunktet den historiske hendelse vi feirer i julen: Jesu fødsel.

Inneværende år, 2020 e.Kr., vil for alltid bli stående som noe helt

spesielt. Pandemien med spredning av covid 19-viruset har satt enorme spor i form av utrolig høye dødstall, voldsomme virkninger på verdensøkonomien og skapt en helt annerledes livssituasjon for de aller fleste på hele jorden. Den nærmeste parallellen til dette må være Svartedauen i 1349 og Spanskesyken i 1918.

Jeg tenker at vi nå mot slutten av dette året nettopp nå i selve julehøytiden, må ta en TimeOut. Rett og slett stanse opp, analysere situasjonen vi er i og reflektere over hvilke konsekvenser dette kan få. For meg er det slik at troen på Jesus og det Han gjorde for oss med sitt liv, sin død og oppstandelse, er en trygg plattform som gir livet håp, innhold og mening. Dette gir meg et ankerfeste i en urolig tid. Av og til er det nødvendig å stanse opp og ta tid til å reflektere over disse eksistensielle spørsmål. Det er ikke bare under en håndballkamp man kan trenge å ta TimeOut.

Det er ingen selvfølge at vi til enhver tid skal ha en forutsigbar livssituasjon. Vi kan ikke ta livet for gitt, slik mange av oss ofte gjør. Fra en dag til den neste kan tilværelsen totalt forandres hvis vi selv eller noen av våre nærmeste blir angrepet av dette livsfarlige virus som er spredt ut over hele verden. Julehøytiden er for mange en

«feelgood-tid» med hyggelige fami-

liesamlinger, god mat og etterlengtede fridager. Dette har utvilsomt sin egenverdi, men jeg tror vi gjør klokt i å benytte høytiden til å ta tid til å tenke over hva det betyr for oss at Jesus ble født, og hvordan dette får konsekvenser for våre liv.

... og mens de var der, kom tiden da hun skulle føde ...

Ordene lyder så enkle og kunne være en melding om en hvilken som helst fødsel. Slik er det ikke. Denne unike fødsel var varslet allerede lenge før. Dette forteller oss hvor viktig denne fødselen skulle komme til å bli. Et eksempel er det profeten Jesaia skriver i kap. 7, vers 14: «Derfor skal Herren selv gi dere et tegn: Se, den unge jenta skal bli med barn og føde en sønn, og hun skal gi ham navnet Immanuel.» Jesaia levde på 700-tallet f. Kr.

En annen profet fra samme tid, Mika, sier det slik i Mika 5,1-2: «Du, Betlehem, Efrata, minst blant slektene i Juda! Fra deg lar jeg en hersker over Israel komme. Hans opphav er fra gammel tid, fra eldgamle dager. Derfor skal han overgi dem, helt til tiden er kommet da hun som skal føde, har født.» Dette lille barnet var Guds Sønn og verdens frelser.

La oss denne julen være lydhøre overfor det budskap Jesus forkynte. Han er Veien, Sannheten og Livet. Han er Verdens Lys. Han gir Fremtid og Håp.

Gledelig og ettertenksom jul!





Sæter TannhelseTeam

Ekebergveien 228 c 1162 Oslo
Telefon 22 28 25 50

Tannlege Vibeke Kjærheim, Tannlege Line Kjølstad
Tannpleier Jannicke Bolstadbråten, Tannhelsesekretær Nina Mork
3. etg. med heis, inngang fra baksiden av bygget, www.saeter.no



Von Øtkensvei 1
1169 Oslo
Tlf. 22 61 29 10

Din annonse her?

Kontakt reidar.brevik@online.no

Din annonse her?

Kontakt reidar.brevik@online.no

Tannlege TROND TELJE

Spesialist
i periodonti
(tannkjøtt-
sykdommer)

Tannlege Line Kjølstad
Tannpleier Åshild Selsås
Von Øtkensvei 1
Tlf. 22 61 32 01

Din annonse her?

Kontakt reidar.brevik@online.no

GRAVFERD SIDEN 1877

Kontakt oss for rådgivning, tilrettelegging og gjennomføring av gravferd. Ved behov for akutt hjelp, ring vår vakttelefon 23 16 83 30.

Wang Begravelsesbyrå
Nordstrand
Ekebergveien 230
1112 Oslo
Telefon 23 16 83 30

Wang Olav Werner
Grünerløkka
Toftes gate 25
0556 Oslo
Telefon 22 35 40 10

Wang Begravelsesbyrå
Hasle
Økerveien 81 B
0585 Oslo
Telefon 23 16 83 25

Wang Olav Werner
Stabekk
Gamle Drammens vei 44 B
1369 Stabekk
Telefon 67 12 19 89

Wang Begravelsesbyrå
Majorstuen
Jacob Aallsgt 42
0340 Oslo
Telefon 23 19 61 50



www.wangbegravelse.no post@wbeg.no



Nordstrandhuset

Selskap på Nordstrand? Vakre selskapslokaler i Nordstrandhuset, Nordstrandveien 30. Velegnet for jubileer, brylluper etc fremdeles ledige lørdager i de neste 6–10 måneder, inntil 120 gjester, alt servise inkludert, mens catering og pynting formidles.

Kan reserveres på www.nordstrandvel.no/nordstrandhuset og hos driftsleder på nhuset@nordstrandvel.no eller 407 60 811.

Det meste i byggevarer!

Orring Byggsenter

Slimevn. 4, Bjørndal
Tlf.: 22 62 98 00
8 - 19 9 - 15

Montér

EKEBERGVEIEN TANNKLINIKK



Tannlegene Skaanes og Wisløff
nordstrand@trolltann.no

trolltann.no
Tlf: 22286610
Ekebergveien 230

RÅDGIVNING UTFØRELSE

elektro
belysning
gulvvarme

ekeberg elektro

Ekebergveien 193 B, 1162 Oslo
480 20 444 | www.ekeberges.no

SB PETERSEN ELEKTRO AS

EL-ENTREPRENØR - TELE/DATA
Sandstuveien 60A
Tlf. 23 38 32 80

Trenger du elektriker?

Vi kan hjelpe deg.
Vi dekker alle fagfelt innen
elektro for privatkunder
og bedriftsmarkedet.

SB Pettersen Elektro AS
ble etablert i 1913, og er et
solid og velrenommert firma.



EL-PROFFEN

post@sb-pettersen.no
www.sb-pettersen.no

Din annonse her?

Kontakt reidar.brevik@online.no

VI LEVERER OG MONTERER:

- INNRAMMING
Vi gir deg 40% rabatt på hver 4. innramming!
- SELGER GAVEKORT
- KUNST
- FOTORAMMER
- SPEIL
- ENERGISPARE GLASS
- SOLKONTROLL GLASS
- SELVRENSENDE GLASS
- DØRER
- VINDUER
- DUSJ-LØSNINGER
- GLASSREKKVERK
- SPESIALLØSNINGER I GLASS



Åpningstider:
Butikk: 09.00-17.00 (10.00-14.00)
Verksted: 08.00-16.00
Telefon 22 28 04 90
Cecilie Thoresens vei 5C, 1153 Oslo




Sæter-Hjørnet

KLÆR & SKO

Ekebergvn.237, 1166 Oslo, tlf: 954 99 228

NORDSTRAND TANNLEGESENTER

Nordstrandveien 62 – 1164 OSLO Tlf: 22 29 59 39
Åpningstider: hverdager 08–20

**Allmenntannleger,
spesialister og
tannpleiere tilbyr
alle typer
tannbehandling**

eventuelt i samarbeid med andre spesialister

Akutt hjelp

Tannleger MNTP:

Bård Andresen
Per Hagen
Arash Sanjabi (spesialist i
endodonti)
Janicke Liaaen Jensen
(kirurgi og oral medisin)

Tannpleiere NTPF:

Elin Antonisen
Merita Ismailovska
Heidi Øvstrud

www.nordstrandtannlegesenter.no

TRYKKERIET PÅ NORDSTRAND

Vi inngår samarbeid med T5 Trykk.
I den forbindelse installeres det en
omfattende digitalprint avdeling på
Nordstrand.

Kom til oss for et godt tilbud!



909 12 470 - 22286808

jpk@litografia.no

Nordstrand Terrasse39

GRATIS PARKERING

Kvalitet i snart 100 år.

Litografia har gode løsninger for dine trykkesaker!



Begravelse til riktig pris

Våre tjenester med prisgaranti, sikrer deg den beste prisen –
uten at det går på bekostning av kvalitet og service.
Vi ordner alt det praktiske og er tilgjengelige hele døgnet.
Hos oss er du i trygge hender.

Telefon: 4000 2460
sagabegravelse.no

Ny inskripsjon på gravstein kr 5800,-

Ønsker du ny inskripsjon,
tilbyr vi dette til fast lav pris.
Vi leverer også ny gravstein og vedlikehold

Ring oss på telefon 4000 2448



gravstein24.no

- en del av Ellingard Gruppen

Din annonse her?

[Kontakt reidar.brevik@online.no](mailto:Kontakt.reidar.brevik@online.no)



Gunnar Ruud

CATERING — SELSKAPSMAT

Middager – Gryteretter – Overtidsmat – Grillarrangement – Fingermat
Tapas – Snitter – Koldtbord – Baguetter – Rundstykker - Kaker

For meny og bestilling 23 30 25 00

Norderhovgt. 7, 0654 Oslo Se vår meny på www.gunnarruud.no



Gravsteiner – Inskripsjoner – Omarbeiding

Utstilling vis a vis Illstre Aker kirkegerd
Ulvenvn. 102, 0581 Oslo

Tlf. 22 65 60 50 • Fax. 22 65 60 31
www.gravstein.com



ANNE LINE
BEGRAVELSESBYRÅ

Jomfrubråtveien 85,
1179 Oslo

☎ 461 90 056
post@annelinebegravelsesbyraa.no

En verdig avskjed



Bjørn Frisør
NORDSTRAND
Tlf. 22 29 17 80

LIVETS GANG

Døpte

Ljan: Karl Dolatowski, Conrad Ernesto Haug-Øygarden

Nordstrand: Elena Hylje Eriksen, Anton Bech Frisk, Linnea Tunset Bang, Eline Bratlie Isachsen, Thea Øvrum Dammen, Mattheo Venheim Sager, Hedda Antonette Jacobs, Mattheo Thaysen, Oda Lian Pedersen, Fredrik Gude-Dye, Zelda Alexandra Skjevik, Anna Taalesen Øiseth, Josefine Larsen-Øqvist, Hedda Tobiasson-Ramberg, Maja Taalesen Øiseth, Filip Walter Finstad, Nore Yazdani Holter

Døde

Ljan: Bjørn Hemme, Bente Wågseth, Marit Anna Larsen, Mona Frøystad Ruthenberg, Gudrun Karlsen, Annie Kari Jonsbøl, Toril Winsnes, Erik Martin Berg, Gerd Liv Selnes

Nordstrand: Bodil Finsrud Nielsen, Tony Christensen, Kari Kval, Marita Brunnes, Ragnhild Bjørg Tømmervik, Jan Fredrik Sønsteby, Bjørn Toverud, Kanutte Eline Benum, Olaf Borge, Mimmi Rui, Karen Margrethe Lothe, Erna Stegard, Steinar Sørensen, Inger Elise Gjerstad, Solveig Løvå, Solvor Karin Jensrud, Gunvor Ingrid Engh, Birgit Braadvig, Erik Ruud



Sokneprest Nordstrand
Anne Grete Listrøm
ah675@kirken.no
236 29 803



Kapellan
Åse Maria Haugstad
ah683@kirken.no
236 29 805



Daglig leder i Nordstrand og Ljan
Thomas Ekeberg-Andersen
te728@kirken.no
236 29 802



Kateket Nordstrand
Knut-Helge Badendyck Møller
kf398@kirken.no
414 55 546



Organist og fung. menighets-konsulent Ljan
Svere Undheim
su974@kirken.no
452 34 943



Kantor Nordstrand
Liv Marie Hofseth
lh583@kirken.no
408 14 233



Menighetsrådsleder Ljan
Thor-Arne Prøis



Sokneprest Ljan
Morten Holmqvist
mh744@kirken.no



Trosopplæringsleder Nordstrand og Ljan
Marianne Fraser
Lende
md428@kirken.no
236 29 809



Menighetskonsulent Nordstrand
Svanhild Helle Enstad
sh548@kirken.no
236 29 800



Menighetsrådsleder Nordstrand
Randi K. Megard
rkmegard@gmail.com
tlf. 990 21 541



Trosopplæringsmedarbeider Nordstrand og Ljan
Ingerlise Fidjeland
IF447@kirken.no



Diakon Nordstrand og Ljan
Anette Furulund
Matre
am682@kirken.no
tlf. 468 46 878

Nordstrand menighet

www.kirken.no/nordstrand
post.nordstrand.oslo@kirken.no

Ljan menighet

www.kirken.no/ljan
post.ljan.oslo@kirken.no

Felles besøks- og postadresse

(for Ljan:) c/o Nordstrand menighet,
Ekebergveien 238, 1166 Oslo

Åpningstider kontoret

tir–fre kl. 10.00–12.00 og kl. 12.30–14.00

Menighetsbarnehager

Nordstrand Kirkes Barnehage
Styrer: Bente Meier tlf. 22 29 56 40,
styrer@nkbhg

Ljan Kirkes Barnehage, Furumoen 18A

Styrer Bjørn Kåre Valvik, tlf. 22 75 01 40,
Tlf: 920 99 998
styrer@ljankirkesbarnehage.no

Sykehjemsprester

12

Nordseterhjemmet, kontakt:
Nordstrand menighetskontor
Midtåsenhjemmet, prest Kjestin Jensen,
sokneprest i Hauketo- Prinsdal menighet.
Tlf: 236 29 853 / 997 14 007

Gravferdskontoret øst

Tlf: 219 37 860

Leie Nordstrand kirke og menighetshus:

utleie.nordstrand@kirken.no

Leie Ljan kirke og menighetshus:

post.ljan@kirken.no

For mer informasjon, se hjemmesiden:
kirken.no/nordstrand/utleie

Kirketorget i Oslo Åpningstid

Alle hverdager 08.00–15.30. Vil du melde dåp,
finne frem til dato for vielse eller benytte deg av
andre kirkelige handlinger, så er det nå Kirketorget

i Oslo som er stedet du får hjelp og service.

Tlf. 23 62 90 09

Epost: kirketorget.oslo@kirken.no

Post- og besøksadresse: Grønlandsleiret 31,
0190 Oslo. Sentralbord for kirkene i Oslo:
Tlf: 236 29 000

Har du behov for en samtale?

På menighetskontoret vil det alltid være en
til å møte deg eller formidle kontakt til en av
prestene eller en annen av de ansatte.

Du kan også ringe:

Tlf: 236 29 800 / kl. 10–14.

Gavekontoer

Nordstrand menighet

506 36 333 767

Ljan menighet

787 708 02198

Hvis spesielt formål, angi det.

VIPPS Nordstrand #11550 og VIPPS Ljan #11546



NORDSTRAND:

«SORGEN DET IKKE SENDES BLOMSTER TIL»

Strever du etter samlivsbrudd? Ønsker du å møte andre i samme situasjon? Velkommen til samtalegruppene.

For mer info: www.samlivsbrudd.org

SAMTALE/SJELESORG ELLER HJEMMEBESØK

Ta kontakt med menighetskontoret tel: 23 62 98 00 eller med en av prestene. am682@kirken.no tlf. 468 46 878
Tilbudet er gratis.

NORMISJON NORDSTRAND TYSLEVVN.79

Torsdag 7.1.
Julefest

Torsdag 14.1.
Bibelundervisning v/O. Chr. Kvarme

Torsdag 21.1.
Bibelundervisning v/A. Løyning

Torsdag 28.1.
Misjonsmøte m/O. Holmedal



Foto: Dag K. Smemo

**GUDSTJENESTER
DESEMBER-JANUAR**



NORDSTRAND KIRKE



LJAN KIRKE



ØSTMARKKAPPELLET

**I SKRIVENDE STUND ER MYE USIKKERT OG VI VET IKKE HVA
SOM KAN GJENNOMFØRES AV GUDSTJENESTER FØLG DERFOR MED
FOR OPPDATERT INFORMASJON PÅ HJEMMESIDE OG FACEBOOK:**



www.facebook.com/ljankirke
www.facebook.com/nordstrandkirke



www.kirken.no/ljan
www.kirken.no/nordstrand

FASTE AKTIVITETER I NORDSTRAND OG LJAN KIRKE

Når?	Aktivitet	Hva er det?	Kontakt
Mandag Annenhver uke i oddetallsuker 16.45-17.30.	SuperMandag	Oppstarten i høst er utsatt. Mer info på Facebook «Supermandag – Nordstrand kirke»	Kateket Knut-Helge Badendyck Møller, kf398@kirken.no eller
Mandag Annenhver mandag i oddetallsuker kl.18.00	Jenteklubben	Jenter 2.–5. klasse møtes annenhver mandag oddetallsuker kl. 18.00 i Nordstrand kirke for aktivitet og samling.	Susanne Ward Ådlandsvik tlf: 482 38 150 eller wardsuss@gmail.no
Mandag	Speideren	Nordstrand KFUK-KFUM-speidere: «Oppdagerne» i 2.–3. klasse og «Stifinnerne» 4.–5. klasse møtes annenhver mandag i oddetallsuker. «Vandrere» 6.–10. klasse har møte hver uke.	nordstrand@kmspeider.no eller torgrim.grimstad@me.com
Mandag 19.30-21.30	Korstrand	Gospelkor for voksne. En herlig gjeng som øver annenhver mandag (like uker). Inspirerer og gleder med gudstjenestedeltagelse og konserter. Dirigent: Kristin Gramstad.	Kristin Gramstad annebrittm@gmail.com
Annenhver tirsdag i menighetssalen i Nordstrand kirke kl.19.30-21.30.	Glam er koret for sangglade damer i sin beste alder:-)	Repertoaret er i hovedsak gospel, men vi prøver også andre sjangere. Det legges vekt på godt sosialt samvær i tillegg til musikalsk utfoldelse. Vi opptrer på gudstjenester og konserter, møter og institusjoner. Ta kontakt og avtal tid for prøvesang.	Ingelinn Gramstad ingelinn.gramstad@hotmail.com
Tirsdag	Nordstrand barne- og ungdomskantori	Kor for jenter og gutter på menighetssenteret. Kirkemusikk, gudstjeneste, sang og konsertstoff. Aspiranter (1.–4. klasse) kl.16.00–17.00, Barnekantori (5.–7. klasse) kl.16.00–17.15, Ungdomskantori kl. 17.–18.30.	Liv Marie Hofseth lh583@kirken.no tlf. 40814233 eller Torild Sandøe Møller, tlf. 975 95 653 (aspiranter)
Tirsdag 19.15-21.45	Nordstrand kirkekor	Klassisk kirkekor som gleder oss med konserter og som forsangere i gudstjeneste. Ta kontakt med dirigent Liv Marie Hofseth for prøvesang!	Liv Marie Hofseth lh583@kirken.no tlf. 40814233
kl.11.30	Babysang/ lunsjtreff for foreldre med barn 0–1 år	En hyggelig sangstund for voksne og barn på dagtid i skoleåret. Dørene åpnes kl 11.30. Kr 50 pr. gang. Vi har mulighet for både drop-in og for påmelding for hele semesteret.	Se facebook: «Babysang på Nordstrand menighetssenter» for oppdatert informasjon.
Onsdager i skoleåret 19.00-21.00	OnsdagsÅpent for ungdom («OÅ»):	Ulike aktiviteter og kveldsavslutning. Fra 13 år og eldre på menighetssenteret.	Knut- Helge Badendyck Møller e-post: kf398@kirken.no Følg NMUF på Facebook.
Annenhver torsdag partallsuker 20.00-21.30	Mødre i Bønn	Er du kvinne som gjerne vil be for barna du bærer omsorg for? Alt som deles holdes konfidensielt. Sted: Underetasjen Nordstrand kirke. For mer info: www.momsinprayer.no	Kathrine M. Meyer kjhmeier@frisurf.no Underetasjen Nordstrand kirke
En onsdag i måneden 19.30-20.45	Meditasjon og Messe	Velkommen til Jesusmeditasjon, avspenning og messe Det er nattverd alle kveldene etter meditasjonen	
Torsdag 10.00-10.45	For-middagstrim	Velkommen til trim med personlig trener. 45 minutter med trening og bevegelse. 50 kr pr gang. Blanding av koordinasjon, balanse og styrke. Tilrettelagte øvelser med tanke på nivå til den enkelte. Kaffe/frukt og drikke + etterpå.	Marianne Fraser Lende md428@kirken.no
Søndag 16.00-19.00 6.desember	Tro og Lys	Tro og Lys er for utviklingshemmede, deres familier, venner og andre interesserte. Vi møtes for å dele livs- og troserfaringer, be sammen og ha felles måltid og festlig samvær. Gruppen er en av 16 Tro og Lys-grupper i Norge og er tilknyttet den internasjonale Tro og Lys-bevegelsen	Ellen Agøy Sand tlf.: 906 98 104. Sted: Nordstrand menighetssenter, Ungdomslokalene
Annenhver onsdag i oddetallsuker kl. 17.00-18.00	Tweensklubb for 4.-7. klasse	Tweensklubb for 4.-7. klasse. Vi møtes annenhver onsdag på menighetshuset. Vi starter med middag kl. 17, så fortsetter vi med ulike aktiviteter før vi avslutter sammen i kirken kl. 18.30.	Marianne Fraser Lende md428@kirken.no Ljan menighetshus



VI FLYTTER JULA UT!

En god gjeng med frivillige og ansatte i menigheten lager «Jul i Kirkegata» Fra første søndag i advent vil det skje litt av hvert utenfor kirken. En stor stall er på vei opp, det blir masse lys, utstillinger, filmer og morsomme oppgaver. Vi kan fortsatt skape varme og juleglede for hverandre. Velkommen til en tur rundt i Kirkegata!

Foto: Knut-Helge Badendyck Møller

Ansvarlige utgivere:

Menighetsrådene i Nordstrand og Ljan

Redaksjon:

Reidar Ø. Brevik
reidar.brevik@online.no

Trykk

Litografia/Tstrykk AS



Design: ltgraphics.no
ltgraphicscontact@gmail.com



LTGRAPHICS



Følg med på hjemmesidene våre:
www.kirken.no/ljan
www.kirken.no/nordstrand
Facebooksidene våre finner du her:
www.facebook.com/nordstrandkirke
www.facebook.com/ljankirke

Utgis av menighetsrådene i Nordstrand og Ljan med seks utgaver i året. Trykningen finansieres med gaver og annonser. Redaksjon og distribusjon er basert på frivillig innsats. Menighetsblader faller utenfor kategorien «uadressert reklame».

Neste utgivelse kommer 31. januar og dekker perioden fra 28. januar til 18. mars. Materieffrist til menighetskontoret eller redaksjonen er 12. januar, post.nordstrand.oslo@kirken.no

Annonser, meldinger om arrangementer, konserter og annet stoff sendes til Menighetskontoret på post.nordstrand.oslo@kirken.no med tekst i wordformat og bilder i jpg format. Menighetsbladet kan lastes ned gratis på www.kirken.no/nordstrand