

NABOposten

Nr. 4 - vinter/jul 2020/2021 66. årgang

Oppsal Menighetsblad



Kontaktinformasjon



- mennesker møtt av Jesus Kristus

Oppsal kirke

Solbergliveien 85, 0683 Oslo

Bankkonto: 7877.06.73983

Gaver: 1506.24.57926

Menighetskontoret

Telefon: 23 62 99 60

E-post:

post.oppstal.oslo@kirken.no

Åpent: mandag til fredag

kl. 10:00 - 14:00

Oppsal menighetsråd

Leder: Sylvi Tennøe

Telefon: 986 53 635

Søndre Skøyen kapell

Dalbakkveien 39, 0682 Oslo

Henvendelser rettes til

menighetskontoret Oppsal.

Bankkonto: 1609.12.68071

Gaver til menighetsarbeid:

1506.25.32243

Gaver til kapellets drift:

1609.50.08694

Utleie av Oppsal kirke og

Søndre Skøyen kapell

Kontakt menighetskontoret



Følg oss på

Facebook

@oppstalmenighet

www.oppstalmenighet.no

Ansatte i Oppsal menighet



Daglig leder: Asbjørn Kjekshus

M: 911 30 494

E-post: ak663@kirken.no



Sokneprest: Kåre Skråmestø

M: 924 26 917

E-post: ks638@kirken.no



Kapellan: Nina Kristine Niestroj

M: 482 73 390

E-post: nn834@kirken.no



Diakon: Edel Lilleeng Solberg

T: 408 14 241 / M: 917 08 146

E-post: es765@kirken.no



Trosopplærer:

Vakoté Yama Dieudonné

M: 975 62 277

E-post: vd822@kirken.no



Kantor: Sølvi Ådna Holmstrøm

M: 924 36 770

E-post: sh829@kirken.no



Organist i Søndre Skøyen kapell:

Lars Fredrik Nystad / M: 958 57 019

E-post: LN772@kirken.no



Menighetsarbeider:

Ingvild Amalie Stavran

M: 988 73 381

E-post: is777@kirken.no



Kapellan: Alexander Colstrup

M: 957 98 029

E-post: ac953@kirken.no



Kirketjener: Johnny Hagen

T: 408 14 212 / M: 938 04 007

E-post: jh879@kirken.no



Kirken følger nasjonale smittevernregler. Alle gudstjenester og arrangement annonseres med «koronaforbehold».



NABOPOSTEN
Oppsal Menighetsblad

Naboposten utgis av Oppsal menighet. Opplaget er 8.500 eksemplarer, har fire nummer i året,

og leveres ut til menighetens husstander. Bladet trykkes hos Merkur Grafisk.

Annonser:

Ta kontakt med redaktør for priser.

Fast avtale:

10 % rabatt

Redaktør:

Edel Lilleeng Solberg

Neste nummer:

Utgis 11.02.2021

Innleveringsfrist:

Mandag 25.01.2021

Foto s. 1, 10 og 11:

Hans Jacob Finstad



Til ettertanke:

Lys i ditt mørke

Mørketida er over oss.

Når mørketida kommer, begynner vi å forberede jula.

Juleevangeliet handler om mørket.

Om å være redd. Mørkredd. Det handler om skuffelser, uro, alenefølelser og om forventninger som ble brutt og liv som ble annerledes.

Jesusbarnet ble født inn i et mørke. Det var ikke «husrom» verken for han eller foreldrene hans.

I en stall eller grotte ble han født. Det må ha vært vanskelig for den gravide tenåringsen Maria.

De var fattige.

Ute på markene satt noen mennesker med lav status. De var gjeterne og hadde nattevakt. Noen av dem ønsket seg sikkert noe annet enn å passe på sauer. Plutselig så de et lys. En engel. De ble redd. Men engelen sa til dem:

Frykt ikke! Se, jeg forkynner dere en stor glede, en glede for hele folket:

I dag er det født dere en frelser i Davids by; han er Messias, Herren.

Så fikk de et tegn. Et barn. Det var tegnet. Et barn som var svøpt og lå i en krybbe.

De hørte englesang som lovpriste Gud:

Ære være Gud i det høyeste og fred på jorden blant mennesker som Gud har glede i.

Jula handler om lys. Lys i mørket. Jesus lyser inn i menneskers mørke. Jesus er Frelseren.

Han er den som har kommet for å redde. For å skape helhet og fred.

Hvert enkelt menneske kommer han til. Inn i ditt og mitt mørke.

Gleden Jesus skaper i jula er at Han lyser inn i vårt mørke.

På samme måte som han lystet inn i Josef, Marias og gjeterens mørke.

Jesus er gave. Den største gaven som et menneske kan ta imot.

Vær så god; ta imot Jesus som din Frelser, som din Herre og Gud.

Han tilgir alle dine synder. Han skaper fred mellom deg og Gud.

Han gjør helt igjen det som ble ødelagt. Han skaper nytt liv og håp.

Vi kan vende våre blikk bort i fra vårt eget og til Jesus.

Vi kan være med i englesangen og juble ut:

Ære være Gud i det høyeste

og fred på jorden blant mennesker som Gud har glede i.

Vi ønsker hverandre en velsignet julehøytid.



Sokneprest
Kåre Skråmestø

Hva skjer...

Mange motbakker?

Kirken vil gjerne støtte deg når livet er vanskelig. Vi tilbyr samtaler, sorggrupper og grupper for deg som gjennomgår samlivsbrudd. Ta gjerne kontakt! Enten på telefon 408 14 241, eller på epost: post.oppсал.oslo@kirken.no.

Temalunsj i Oppsal kirke: (Tirs dager kl. 12.00-14.00)

8. desember: Felles adventsfest med Kirkeringen.

5. januar: Felles juletreff med Kirkeringen. Gang rundt juletreet, god bevertning, inkl. marsipankake.

2. februar: Trine Lise Aasheim: "Gjenklang - om sangens muligheter i hverdagen"

Kirkeringen i Oppsal kirke (Tirs dager kl. 12.00 -13.30)

Ta med matpakke.

8. desember: Felles adventsfest med Temalunsj. Julegrøt.

5. januar: Felles juletreff med Temalunsj. Gang rundt juletreet, god bevertning, inkl. marsipankake.

16. februar: Møte i Kirkeringen

Fredagslunsj i Oppsal kirke (kl 12.00-

13.00): Ta med matpakke! Det serveres kaffe, te og kanskje noe godt til kaffen. (Hver fredag, bortsett fra høytidsdager.)

Lørdagstreff for mennesker med utviklingshemming:

(Lørdager kl. 12.00-13.30)

Datoer blir annonsert senere.

Formiddagstreff i Søndre Skøyen kapell (Onsdager kl 12-14)

9. desember: Åslaug Elvebakk: «Forventninger!»

17. februar: Kunngjøres senere

Skøyenåsen misjonsforening:

Det blir ingen møter i nærmeste fremtid på grunn av pandemien. NMS trenger likevel penger fra oss til sitt arbeid. Kari Selvaag/Marit Birke-moe har kontonummer og kidnr. til NMS slik at de som vil kan sende sin gave.

Husk også på bønn for NMS og deres arbeid.

Tilbud til deg som er i sorg:

Har du mistet en som sto deg nær? Ta gjerne kontakt med Oppsal menighet sine prester og diakon, for samtale. Vi håper å starte sorggruppe på nyåret, litt avhengig av smittevernreglene. Du finner telefonnumre og epostadresser på side 2 i dette bladet.



Foto: Olav Evang

Hvert år arrangerer speiderne på Bryn julemesse til inntekt for arbeidet sitt og for speiderhuset Breidablikk. Messa er første lørdag i desember. I år blir messa digital. Hvordan kan du støtte speiderne? Bli medlem av facebook- gruppa «Breidablikks venner». Der kan du kjøpe lodd, gi en gave og i det hele tatt følge messa. Visste du forresten at speiderhuset Breidablikk er superfint, og er nevnt på ei liste laget av Oslo kommune om arkitektoniske perler i byen?

REMA 1000

REMA 1000 Oppsal,
Vetlandsveien 68

Auster
Salon & Academy
Oppsal senter

Telefon
22 26 77 78

Veterinær
Heidi Nøstvig

- Hjemmebesøk
- Vaksinerings
- ID-merking
- Kastrering
- Avliving
- Annen poliklinisk behandling

Hellerudsvingen 5, 0684 OSLO
Tlf: 950 71 012

Grønne tips: Fra en av leserne av Naboposten har vi fått følgende tips til enkel gjenvinning:

Jeg sitter og «googler» litt på internett, og fant noe interessant som kanskje flere har glede av. Jernia tar imot både stekepanner, knust glass og porselen osv. til gjenvinning. Man får også rabatt hvis man handler noe nytt i samme slengen. Alle elbutikker tar imot brukte hvitevarer. De fleste har nok sett at matbutikkene tar imot lysstoffrør, lyspærer, batterier og småelektronikk.

MANGLERUD ADVOKATKONTOR
Advokat Kari Paulsrud m.n.a.

- Testamenter/arveoppgjør
- Samboeravtale/ektepakt
- Separasjon/skilsmisse
 - Arbeidsrett
- Kjøp/salg av fast eiendom/generasjonsskifte

Manglerud Senter - Plogveien 6 - kontor i 2. etg
Timebestilling tlf.: 21 37 71 77 / 90 88 97 33
E-post: kpaulsrud@kindemco.no

OPPSAL LEGEKONTOR

Spesialist i allmenntmedisin Yngve Rønsen- Timebestilling/Øyeblikkelig hjelp

BARN - VOKSNE- GRAVIDITETSKONTROLL

HJEMMEBESØK ETTER AVTALE

Tlf. 22 27 49 29- Telefontid: 08:00- 15:00
Haakon Tveters vei 88 (Oppsal senter)

Oppsal Samfunnshus
Selskaps- og møtelokaler
– I bydelens hjerte



Våre lokaler egner seg til:

- Barnedåp • Konfirmasjon • Fødselsdager • Bryllup • Begravelser • Møter, konferanser eller andre arrangementer som du måtte ha behov for

Utleialternativene dekker fra 10 til 150 personer.

Ta en titt inn i Samfunnshuset i Vetlandsveien 99/101 på Oppsal.

Adr: Vetlandsvn. 99/101, 0685 Oslo. Tlf: 23 12 65 40
post@oppsalsamfunnshus.no



Takk til Lions Club Oslo/ Bryn for fine benker! Klubbens representanter Trond Dynna og Rolf Kittilsen overrakte to flunkende nye bord med benker, som nå står utenfor Oppsal kirke. Bordene og benkene er produsert i Trøgstad fengsel, og blir til glede for store og små. Tusen takk for fin gave!
Se også "Naboposten for 20 år siden" på denne siden!

NABOPOSTEN

Oppsal Menighetsblad

Naboposten for 40 år siden

Nr. 8 – 1980:

Kirken på Søndre Skøyen innviet

Søndag 19. oktober var den store dagen for menighetskretsen på Søndre Skøyen, Godlia og Bryn. Da ble kirken i Dalbakkveien innviet ved gudstjenesten av biskop Andreas Aarflot. Østensjø skoles musikkorps spilte på kirkebakken før gudstjenesten og 300 mennesker var samlet til gudstjeneste. Gudstjenesten ble innledet med en prosesjon av prester og lekfolk fra menigheten, som bar frem kirkens nadverdkar, dåpsfat og bøker, og plasserte det på alteret for første gang.

Naboposten for 20 år siden

Nr. 7 – 2000:

Lions Club Oslo- Bryn – En av de gode hjelperne

Vi har alle sett de staute Lions-karene i sving et eller annet sted ikledd sine blå kjeledresser. Det være seg på Oppsal senter, hvor de tilbyr oss tulipaner til inntekt for narkotikaforebyggende arbeid. Eller på Søndre Skøyen hovedgård, hvor de hver vår arrangerer hyggekveld for oss som bor i distriktet. Lions er en internasjonal organisasjon, og i Norge har de 15.000 medlemmer.

Bor du i bydel Østensjø?
Bydelsmødre Østensjø, Oppsal frivilligsentral og Oppsal menighet
ønsker små og store velkommen til

Jul i fellesskap

julaften, 24. desember

kl. 17.00-20.00

Oppsal kirke, Solbergliveien 85.

Tradisjonell julemiddag og vegetarisk alternativ.

Kaffe og kaker. Juletrengang.

Besøk av julenissen med julegaver!

Mulighet for å delta på julegudstjeneste kl. 16.00.

Begrenset antall plasser. Mer informasjon og påmelding (innen 10. desember) til bydelsmødre.ostensjo@gmail.com

For dere som melder dere på, blir det **juleverksted** samme sted 14. desember kl. 17.00-19.00.

Har du spesielle behov— si fra om det på påmeldingen!

Arrangementet støttes av Oppsal vel, Bryn senter, Lions Club Oslo/Bryn og Stiftelsen Dam.

Forbehold om at smittevernreglene tillater dette arrangementet.



BARNAS AKTIVITETSTILBUD



Annehver tirsdag i oddetallsuker kl. 17.00-18.30

Kom til ferdig dekket bord og middag. Vi spiser og prater sammen. Deretter samles vi til bibelfortelling og aktivitetsgrupper. Oppsang er for deg som er 1-5 år og liker å synge. Hobbyaktivitet, malekurs, quiz er for deg som er 6 år og oppover. Velkommen til store og små.

Kr 40/pers og maks kr 120/familie

Vi møtes annenhver tirsdag kl. 15.00-16.30

Du som er glad i å synge og er 10-15 år er velkommen. Ta kontakt med dirigent Sølvi Ådna Holmstrøm på email: sh829@kirken.no eller mobil: 92436770.

Påmelding til dåp: Ta kontakt med Kirketorget, Akersbakken 32, 0172 Oslo

Telefon: 23629009

E-post: kirketorget.oslo@kirken.no

Det er også mulig å melde seg på minkirkeside.no/oslo.



Supertirsdags julefest i Oppsal kirke tirsdag 5. januar kl 17.00.

Julesanger, pølser, kaker, brus og kaffe. Leker og konkurranser. Godteposer til barna.



Hver torsdag kl. 12.00-14.00 (unntatt skoleferier)

Babysang er et sosialt familietilbud for hjemmевærende mødre, fedre og beste-foreldre med små barn (0-1 år).

Tilbudet er åpent og uten påmelding.

Du kan følge med på www.facebook.no/babysangoppsal.



15. desember 17.00 i menighetssalen. Pynting av kirka til jul. Servering av vafler, pølser, kaker, kaffe og gløgg. Vi skal også synge julesanger sammen med Oppsang i kirken.

Ta med kr 40/pers

Søndagsskole og barnas gudstjeneste



Velkommen til søndagsskolen og barnas gudstjeneste i Oppsal kirke. Følg med på gudstjenesteplanen i Naboposten eller sjekk gudstjeneste-program på www.oppsalmenighet.no.

Søndagsskole: 6. desember, 13. desember, 10. januar, 17. januar, 24. januar,

Barnas gudstjeneste: 24. januar (SSK), 7. februar (Oppsal kirke)

Velkommen til gudstjeneste!



Det er mulighet for dåp hver søndag unntatt i gudstjenester merket med *
Gudstjenestene er kl. 11.00 hvis det ikke står noe annet.



Nattverd



Familiegudstjeneste



Søndagsskole



Oppsal kirke



Søndre Skøyen kapell

Søndag 29. november
1. søndag i adventstiden
Jes 61,1–3
Åp 5,1–5
Luk 4,16–22a

Kl 18 Kveldsgudstjeneste m/nattverd
Alexander Colstrup
Ofr: «ACTA»
AVLYST

Gudstjeneste m/nattverd
Nina Niestroj
Ofr: Eget arbeid
AVLYST

Søndag 6. desember
2. søndag i adventstiden
Jes 65,17–19
1 Kor 15,50–57
Luk 21,27–36

Gudstjeneste m/nattverd
Nina Niestroj
Søndagsskole
Ofr: Eget arbeid



Gudstjeneste m/nattverd
Svein Granerud
Ofr: «ACTA» - Normisjons barne og ungd.arbeid



Søndag 13. desember
3. søndag i adventstiden
Jes 40,1–5
Jak 5,7–8
Luk 3,7–18

Gudstjeneste m/nattverd
Kåre Skråmestø
Søndagsskole
Ofr: Alpha Norge



Gudstjeneste m/nattverd
Eigil Morvik
Ofr: Eget arbeid



Søndag 20. desember
4. søndag i adventstiden
Mika 5,1–4a
Fil 4,4–7
Luk 1,39–45

Sanggudstjeneste for store og små.
Nina Niestroj
Ofr: Eget arbeid

Felles gudstjeneste i Oppsal kirke

Torsdag 24. desember
Julaften
Jes 9,1a.2.6-7
1 Joh 1,1-4
Luk 2,1-20

11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00
Juleaftengudstjeneste
Kåre Skråmestø
Ofr: Kirkens Nødhjelp og Eget arbeid på alle gudstjenestene.

Påmelding: checkin.no.
Søk julegudstjenester. Evnt ta kontakt med menighetskontoret

12.00, 13.00, 14.00, 15.00
Juleaftengudstjeneste
Nina Niestroj
Ofr: Eget arbeid på alle gudstjenestene

Påmelding: checkin.no.
Søk julegudstjenester. Evnt ta kontakt med menighetskontoret

Fredag 25. desember
Juledag
Ordsp 8,1-2.22-31
Hebr 1,1-6
Joh 1,1-14

Høytidsgudstjeneste m/nattverd
Alexander Colstrup
Ofr: Eget arbeid



Felles gudstjeneste i Oppsal kirke

Lørdag 26. desember
Stefanusdag/2. juledag

Ingen gudstjeneste

Ingen gudstjeneste

stjenestelistene, og på side 7 oversikt over det som skjer for barna.

Søndag 27. desember Romjulssøndag	Ingen gudstjeneste	Ingen gudstjeneste
Torsdag 31. desember Nyttårsaften Jer 29,10–14 2 Pet 3,13–15a.17–18 Joh 14,27	Kl 23.15 Gudstjeneste Kåre Skråmestø Lars Fredrik Nystad Ofr.: Eget arbeid	Felles gudstjeneste i Oppsal kirke
Fredag 1. januar Nyttårsdag/Jesu navnedag Salme 103,13–18 Apg 4,8–12 Matt 1,20b-21	Prostigudstjeneste Lambertseter kirke Eigil Morvik	Prostigudstjeneste Lambertseter kirke
Søndag 3. januar Kristi åpenbaringsdag Jes 49,1–7 Rom 15,4–6 Luk 2,40–52	Gudstjeneste m/nattverd Nina K. Niestroj  Ofr: Eget arbeid	Gudstjeneste m/nattverd Alexander Colstrup  Ofr: Eget arbeid
Søndag 10. januar 2. søn. i åpenbaringstiden 2 Mos 1,22–2,10 Ef 1,7–12 Mark 1,3–11	Gudstjeneste m/nattverd Kåre Skråmestø  Søndagsskole  Ofr: Eget arbeid	Gudstjeneste m/nattverd Eivind Osnes  Ofr: Eget arbeid
Søndag 17. januar 3. søn. i åpenbaringstiden Jes 55,1–3 Åp 22,16–17 Joh 4,4–26	Misjonsgudstjeneste m/ nattverd  Nina K. Niestroj Søndagsskole Ofr: NLM	Gudstjeneste m/nattverd Alexander Colstrup  Ofr: Eget arbeid
Søndag 24. januar 4. søn. i åpenbaringstiden 2 Mos 3,10–12; 4,10–16 Rom 9,20–24 Joh 9,1–7.35b–38	Fellesgudstjeneste med Oromomenigheten m/nattverd Kåre Skråmestø  Søndagsskole  Ofr: Eget arbeid	Barnas gudstjeneste Alexander Colstrup Ofr: Søndagsskolen
Søndag 31. januar Såmannssøndag Jer 20,7–9 Rom 10,13–17 Mark 4,26–34	Kl 18 Kveldsgudstjeneste Alexander Colstrup Ofr: Bibelselskapet	Gudstjeneste m/nattverd Jens Fredrik Brenne  Ofr: Bibelselskapet
Søndag 7. februar Kristi Forklarelsesdag 2 Mos 3,1–6 2 Pet 1,16–18 Mark 9,2–13	Barnas gudstjeneste Nina K. Niestroj Ofr: Søndagsskolen	Gudstjeneste m/nattverd Eivind Osnes  Ofr: Eget arbeid
Onsdag 17. februar Askeonsdag Jona 3,3–10 2 Pet 1,5–11 Matt 12,38–42	Kl 19 Gudstjeneste m/nattverd Alexander Colstrup  Ofr: Eget arbeid	Felles gudstjeneste i Oppsal kirke
Søndag 21. februar 1. søndag i fastetiden	Gudstjeneste m/nattverd Nina K. Niestroj  Ofr: Eget arbeid	Gudstjeneste m/nattverd Kåre Skråmestø  Ofr: Alpha Norge

Til Deg

Du som elsker såpebobler
mot blå himmel
Og som lurer på
hvor den blå himmelen
ble av

Du som sitter alene i stua
Som hører kaffetrakteren
piple
fra det store kjøkkenbor-
det
med så altfor mange sto-
ler rundt
Og som drikker den kaffen
Men synes den smaker
svart
og ingenting mer

Du som ligger svak i senga
Hører pusten din pipe
Og maskinene dure
Det er så hvitt her
Og ingen å holde i hånden
engang

Du som vandrer frem og
tilbake på gulvet
Med telefonen i den ene
hånda
og hjerteslagene i den
andre
Som bærer hver time på
ryggen
Og teller kronene i lom-
meboka
I natt hadde du en drøm
om alle regndråpene som
lager ringer
i sølevannet

Du som løper og svetter
og jubler og gråter
I sirkel og sikksakk
Dag og natt, time for time
Med brus i beina og bo-

levann i magen
Som ikke vet når dette tar
slutt
Som sier hei med en ro
så andre skal kjenne på
den roen
som du ikke har
Og som råder andre til å
puste med magen
Du kan jo bare ikke si til
noen
at du selv
aldri har pustet så lite
med magen
som det du gjør nå



Du som blir dratt i beina
Revet i håret
Skreket i øret
Av de små som vil at du
skal se på dem
Hele tiden
Når det eneste du egentlig
orker
er å se ut av vinduet
på den lysstripen
som glipper mellom de
brune bladene
på den hekken som nå
kjennes for høy
Fordi den solstrålen
kan gi deg den lille kraften
du trenger
Akkurat nå
Så du kan si til den lille:
Jeg ser deg,
så fin du er

Du som venter på svar

som ingen vet hva betyr
Og som møtte bestemor i
forrige uke
fordi hun var så ensom da
Og som er enda mer en-
som nå
Men du tenker så innmari
nå
at du skulle spart det be-
søket til senere
For nå er du bare redd for
at bestemor skal bli borte
for godt

Du som leser for å forstå
Det første du gjør når du
våkner
og det siste du gjør før du
legger deg
Du vil vite, det gir en slags
ro
Midt oppi uroen
som gnager i deg
og knuser deg som kver-
net pepper
Du griper telefonen med
skarpe klør
og sender et rødt hjerte til
en venn
Det hjertet har aldri vært
rødere

Du som sitter med ansik-
tet i hendene
Og ser på at steinene du
har lagt, bit for bit
har falt og ligger i grusen
og det eneste som står
igjen nå
er en urolig pute og en sur
side
Og en konto med bare
minus på

Du som ber
Tror og håper,
på at i morgen
da vil alt det dumme være
borte
I mellomtiden kan du jo
bake et brød

Strikke en genser
Og når det er gjort og
morgendagen kommer
ser du at det dumme fak-
tisk ikke er borte
Men du fortsetter å be
Du tror ikke så mye lenger
Men du håper
i det minste på overskya
vær

Du som har et liv i magen
Noe større enn deg selv
Du stryker over den,
med en stødig hånd og
skjelvende fingre
Det renner en tåre fra
kinnet
Den drypper ned på ma-
gen
Du ser for deg at den lille
kan kjenne
at den dråpen
Den er det varme i

Du som passer på andres
barn
og lar dine egne være
hjemme
fordi de andre barna
er så ensomme fra før av
Og de blir bare enda mer
ensomme nå
når de ikke lenger kan få
en klem en gang
Så du setter på en fin sang
Den har en glad melodi
Og så smiler du
det varmeste smilet du
har
Og håper det siste du
orker
på at det kan føles
litt som en klem

Du som brer teppe over
den kalde kroppen
Som hater de hanskene
De gjør deg så langt unna
Men så klarer du det
likevel

Å komme nær
med den varme tekoppen
du setter frem på bordet
Den ryker det faktisk
kjærlighet av

Du som mistet den du
bodde med
i fjor
Og som hver kveld kom-
mer på
at du ligger der alene
Som hver morgen kjenner
tapet
på nytt og på nytt
Men så vet du også
innerst inne
at du uansett hadde mis-
tet han nå
hvis han fortsatt hadde
levd
Du sier unnskyld for tan-
ken
selv om du vet at den er
sann
Åpner en ny pakke salami
og håper holdbarheten er
lang
For den pakken med sala-
mi er for stor
for en som har mistet
sin aller kjæreste

Du som har en lyslenke
hengende på den mørke
verandaen
og som hadde planlagt
lyspunkter
i strekningen mars til juni
Sånn for å holde ut
Du trengte det så inderlig
Men nå har pæra gått
Og den verandaen har
blitt så mørk
at du ikke vet om du gid-
der å gå ut
For å puste inn mørk luft
når det du trenger er lys
det blir det jo bare grå
farger av

Du som synger en sang ut
av vinduet
som plukker en snøklukke
og legger den stille på
naboens trapp
du trekker gardinen til
side
og vinker
det viktigste vinket du kan
huske
å ha gitt



Til alle oss
Vi
som er så langt unna hver-
andre nå
Se opp
Det er lys i nabovinduene
Og kanskje kan vi varme
oss littegranne på den
tanken
At bak låste dører
og lukkede vinduer
Inn i hvert menneske
Der ligger hjertene våre
Og hvis vi kjenner godt
etter nå
Ekstra godt
Så kan vi kjenne
at der vi er nå
Er vi nærere hverandre
enn noen gang

*Therese
Haugli
Halvorsen*

«theresehonning»
på instagram

Vær tidlig ute
med årets
julebestillinger!



Matspecialen AS

☎ 23 03 95 00

Ole Deviks vei 26, 0666 Oslo

Deilige retter til rett tid -  matspecialen.no

Kontakt oss når du skal selge!

Vår sterke lokalkunnskap gjør at vi oppnår god pris på salg av bolig. Vurderer du å selge? Ta kontakt med oss i dag for en uforpliktende verddivurdering.



**Alexander
Klemp**

Fagansvarlig
Eiendomsmegler



**Sven Yngve
Hovland**

Eiendomsmegler-
fullmektig



**Steinar
Gulbrandsen**

Eiendomsmegler
MNEF



**Christopher
Sæter**

Eiendomsmegler

OBOS eiendomsmeglere Oppsal

Haakon Tveters vei 88, v/Oppsal Senter
Telefon 23 12 65 60

 **OBOS**
eiendomsmeglere

Pers bil & sport



Trenger du hjelp til å selge bilen?
Vi tar oss av salget, står for garanti og trygt oppgjør via bank og sletter eventuelt pant i bil.



Grete byttet ut bilen med elsykkel



Vi hjelper deg med valg av riktig elsykkel! Her fra sykkeldemo opp til Haukåsen.

Velkommen til den lille sykkel- og bilbutikken ved Coop Prix i Oppsalstubben 3
Mail: per@persbil.no Tlf: 22164050 Web: persbil.no eller perselsykler.no



Vi selger piggedekk.



Vi selger Thule sykkelstativ.



Vi selger Thule skibokser.



Vi har sykkelverksted til alle typer sykler.



Myke eller harde pakker?



DØPTE

Indie Svendsen Skibenes
Daniel Orleanski Vindenes
Ingrid Fredheim Engeseth
Knut Digernes Finmark

DØDE

Elna Strengelsrud
Solveig Helene Thronsen
Randi Johanne Haakonsen
Solveig Nøstvig
Gerd Ragnhild Thorstensen
Viktor Jens Isaksen
Bente Marie Lund Pedersen
Dagmar Svendsen
Karin Marie Hunstad
Bjørge Johnsen
Ove Henry Løken
Else-Marie Ek
Reidun Jensen
Nils Jacob Lauritsen
Bjørge Martha Iversen
Knut William Ormstad
Monica Fjeld
Arild Wold

OFRINGER I OPPSAL KIRKE

12.07	3.380	Menighetsarbeid
26.07	9.260	Menighetsarbeid
02.08	7.096	Menighetsarbeid
09.08	5.000	Menighetsarbeid
16.08	4.181	Menighetsarbeid
23.08	2.326	NKSS
30.08	6.724	Menighetsarbeid
05.09	16.950	Eget ungd.arbeid
06.09	13.731	Eget ungd.arbeid
13.09	2.038	Østmarkkapellet
20.09	4.682	Menighetsarbeid
27.09	4.600	Menighetsarbeid
04.10	5.691	Menighetsarbeid
11.10	2.410	NLM misjons- prosjekt
25.10	3.442	Menighetsarbeid
01.11	4.485	Menighetsarbeid
08.11	2.420	Menighetsarbeid

OFRINGER I SØNDRE SKØYEN KAPELL

16.08	4.600	Menighetsarbeid
23.08	1.200	Menighetsarbeid
30.08	4.144	Menighetsarbeid
13.09	2.700	Menighetsarbeid
20.09	2.600	Østmarkkapellet
27.09	1.100	Menighetsarbeid
04.10	1.910	Menighetsarbeid
11.10	2.455	KFUK-KFUM
18.10	11.124	Menighetsarbeid
21.10	2.250	Menighetsarbeid
25.10	1.701	Menighetsarbeid
01.11	2.350	Menighetsarbeid
08.11	3.050	NLM misjons- prosjekt



ØST- MARKS- KAPELLET

Guds ord til
Guds folk i
Guds natur.
Alle guds-
tjenestene
begynner
søndager
kl 12.
Kafé åpen 11-
14, stengt
under guds-
tjenesten.
Mer info:
[www.ostmarks-
kapellet.no](http://www.ostmarks-
kapellet.no)



FOKUSFOTEN

Autoriserte Fotterapeuter på
Skøyenåsen Senter, velkommen!
463 10 213
Fokusfoten.no



**Trenger du følge til lege,
eller hjelp til et enkelt prak-
tisk oppdrag hjemme?**
Vi har frivillige som kan følge
til lege, eller hjelpe med enkle
praktiske oppdrag. Vi har
også besøkvenner.

**Ønsker du å delta i en
aktivitet, eller bidra i en
aktivitet?**

Vi legger til rette for aktiv-
iteter hvor vi både inviterer
åpent til å delta, og hvor vi
trenger frivillige til å bidra.
Du kan være med på senior
datakafé, språkkafé (norsk-
læring), filosofisk verksted,
nabolagskafé, sykurs/hjelp,
matlagingskurs og yoga.

**Oppsal Frivilligsentral
holder til i Oppsal
Samfunnshus, 3. etg.
Åpent hverdager kl. 10.00 -
15.00. Ta kontakt på
22 75 84 84 eller
frivilligopp@live.no om du
ønsker mer informasjon!
Tilknyttet Grasrotandelen!**

Golia Velhus - sentrum i hagebyen

Aker kommune kjøpte i 1910 Nordre Skøyen på 1300 mål. Tanken var å tilby folk eiendommer de kunne eie selv. I reguleringsplanen fra 1920 for det sentrale området på Godlia heter det bl.a. «Kvartalene er oppdelt i tomter fra 1000 til 2000 kvm størrelse. Ved regulering av veinettet er tilrettelagt en oppdeling i tomter slik at disse kan få minimale bredder og større lengder. Huset blir derfor stående på tomtens ene ende og mest mulig av tomtearealet blir samlet foran huset for å kunne utnyttes til hage». Planen var lagt stort opp: «Ved stoppestedet for den prosjekterte forstadsbane, er anordnet en torvplass med bebyggelse for handel og håndverk, forsamlingshus, kommunale og andre offentlige bygninger, samt et par mindre parkanlegg». Kommunen tilbød rimelige hus og tomter med vei, vann og kloakk. Pluss gunstige

lån. Aker Byggeselskap oppførte i alt 24 hus i tiden 1920-24. Området ble bygd som en hageby med to-, tre-, og firemannsboliger i nyklassisistisk stil på smale, dype tomter. De offentlige bygningene ble det lite av. Også kirketomt ble regulert inn.

For å løse mange fellesoppgaver ble Golia Vel stiftet i 1923. Men uten forsamlingshus i mange år. Først i 1934 ble det dannet et aksjeselskap der Golia Vel og Østensjø kretsforeningen av Det Norske Arbeiderparti, ble enige om å gå sammen i et byggeprosjekt. Velhuset sto ferdig i 1935 i rendyrket funksistil. Bygget ble et kombinert forretnings- og forsamlingshus, geografisk plassert helt sentralt i Godlia og har i alle år vært et samlingssted for mange typer aktiviteter. Plassen foran huset ble lenge kalt *Handelsplassen i Golia*.

Leieboerne med fem butikker var fra første dag Bryn Samvirkelag, Golia Isenkram og Farvehandel, Golia Bokhandel, Golia Trikotasje, A. Welle Frukt og Tobakk, dr. Boge og tannlege Lerche. I annen etasje Golia Kino. Innehaver av Golia Isenkram var den kjente fotballkeeperen fra OL 1936, «Tippen» Johansen. Familien Sørensen kom inn i 1947 og la ned driften på Godlia i 1996 og overførte den til Jernia-butikken på Oppsal.

Utvidelser av velhuset ble lenge diskutert, men kun ombygninger er gjennomført.

Golia eller Godlia? Da velet ble stiftet het det Golia, og det gjør det fortsatt. I offentlige og andre sammenhenger er stavemåten Godlia.



Golia Velhus (skrives uten "d") med Golia kino, møterom og butikker har etter ferdigstillelsen i 1935 vært et samlingssted for folk i nabolaget. Golia kino er den eneste gjenværende av Oslos engang mange små privatkinoer. For flere bilder fra Golia/Godlia, se Østensjø lokalhistoriske bilder: <http://bildebaser.deichman.no/>.

Julehilsen fra Kari Weiteberg, 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 smitteverntiltak der vi har vært nødt til å leve, feire og sørge på en annen måte enn før. Det har også ført til 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 merket 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 gledesang eller utagerende familiehyg-

ge. Dette året har det blitt viktig for meg å oppdage at de første juleorda verken handler og glede eller heimekos. De første juleorda er «frykt ikke», sagt med innestemme til mennesker som er redde eller urolige. Engelen sa det til Maria og gjentok det for gjeterne

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



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

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.

Foto:
dag@smemo.no

