

NABOposten



OPPSAL MENIGHETSBLAD NR 3 – HØSTEN 2026 | 72. ÅRGANG



HURRA FOR
ØSTENSJØ SKOLES
MUSIKKORPS s 5

Årets konfirmanter s 16

STABEN

i Oppsal menighet



Sokneprest
Alexander Colstrup
M: 957 98 029
E-post: ac953@kirken.no



Daglig leder
Britt Marlene Sørli
M: 990 48 478
E-post: bs672@kirken.no



Diakon
Edel Lilleeng Solberg
M: 408 14 241
E-post: es765@kirken.no



Prestevikar
Erik Andreassen
E-post: ea826@kirken.no



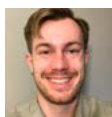
Menighetspedagog for barn og ungdom
Ingvild Amalie Stavran Bergsjø
M: 938 73 381
E-post: is777@kirken.no



Dirigent Oppsal gospelkor
Kristoffer Moslått
M: 971 15 940
E-post: kristoffer@hedera.no



Menighetsarbeider – barn (vikar)
Lene Wigestrands Brækken
M: 412 69 225
E-post: lt383@kirken.no



Menighetspedagog for ungdom
Mathias Ekre Husum
M: 905 36 963
E-post: mh956@kirken.no



Pianist i Søndre Skøyen kapell
Sigstein Folgerø
M: 990 97 972
E-post: sigstein.folgero@nmh.no



Kantor
Sølvi Ådna Holmstrøm
M: 924 36 770
E-post: sh829@kirken.no



ppsal
MENIGHET

– Mennesker møtt av Jesus Kristus



Oppsal kirke

Solbergliveien 85, 0683 Oslo
Gaver: 1506.24.57926

Menighetskontoret

Åpent: mandag til fredag kl 10-14
Telefon: 23 62 99 60
E-post: post.oppsal.oslo@kirken.no

Oppsal menighetsråd

Leder: Liv Skorven, telefon 952 05 154

Søndre Skøyen kapell

Dalbakkveien 39, 0682 Oslo
Henvendelser rettes til
menighetskontoret Oppsal
Gaver til menighetsarbeid: 1506.25.32243

Utleie av Oppsal kirke og Søndre Skøyen kapell:

Kontakt menighetskontoret

Følg oss på facebook: @oppsalmenighet 

www.kirken.no/oppsal



DEN NORSKE KIRKE
Oppsal menighet

NABOposten

Naboposten utgis av Oppsal menighet med fire nummer i året, og leveres ut til menighetens husstander. Opplag: 8.000 ex.

Redaktør: Alexander Colstrup og Edel Lilleeng Solberg

Øvrig redaksjon: Thomas Brekkum, Johan Hindahl og Johanne Aasgaard Skaug

Forsidefoto: Finn Tennøe. Hunden Ellie ved branntårnet.

Neste nummer utgis 19. november 2026.
Frist for forslag til stoff: 28. oktober

Design/Layout: Morten Ravnbo [ravnbo.com]

Trykk: Rolf Ottesen Grafisk



Til alle
post-
kasser:

Menighetsblad er definert som offentlig informasjon, i likhet med informasjon fra for eksempel idrettslag eller renovasjonsselskap. Dette er slått fast av Forbrukertilsynet, da menighetsblad ikke er reklame og trossamfunn ikke er næringsvirksomhet. Fordi menighetsblad er offentlig informasjon, er det lov å legge et menighetsblad i postkassa, selv om den er merket med Nei til uadressert reklame.

Undring langs veien

Jeg rusler langs en landevei. Det er midtsommer, veikanten er full av vakre blomster; blå-klokker, tiriltunger, hundekjeks, rødkløver og et mylder av andre blomster, gress og strå.

Så får jeg øye på en liten, gammel hytte. Det ser ikke ut til at noen har vært der på lenge, for alt er gjengrodd.

Men det er helt klart for meg at noen en gang bygde hytta. De tenkte ut hvordan den skulle være. Den skulle ha én etasje, ha skråtak, ha et vindu her og en dør der. Inne er det kanskje et rom til å sove i og et til å spise og lage mat i.

Da jeg litt senere på dagen kommer hjem, strømmer vakker musikk mot meg. Den flyter mot meg og inn i meg på en måte. Jeg kan ikke se musikken, jeg bare gleder meg over den.

Men jeg er ikke et øyeblikk i tvil om at noen komponerte musikken, skapte den, på samme måte som den hytta jeg nettopp fortalte om.

Verken musikken eller hytta kunne blitt til av seg selv.

Så funderer jeg videre: Jeg ser på hånda mi; den er et helt utrolig redskap. Den kan utføre så mye forskjellig. Den kan holde hardt fast i noe hvis det trengs, den kan manøvrere en tannbørste, eller løfte et barn, eller kjærtegne. Den gjør det jeg vil den skal gjøre.

Jeg kan ganske enkelt tenke at jeg vil spise en av druene på fatet foran meg, så strekker armen seg ut, griper varsomt om druen og fører den til munnen. Det er jo helt fantastisk!

Når jeg ser på hånden min, fylles jeg av undring. Tenk at den er så finurlig skapt og kan utføre utallige oppgaver, ofte uten at jeg tenker over det. For meg blir den et vitnesbyrd om Skaperens visdom og omsorg.

En sommerfugl flakser forbi vinduet og lander på en blomst. Den er vakker og sart. Tenk at den lever, og overlever. Hver gang jeg ser en sommerfugl, blir jeg minnet om hvor mangfoldig og fantastisk skaperverket er.

Nei, alt det skapte, den fantastiske hånden, sommerfuglen, og selvfølgelig også det kompliserte DNA-molekylet; er jo uendelig mye mer avansert enn den gamle hytta og musikken. Derfor fylles jeg av undring og takknemlighet til Gud, han som står bak alt liv.

I Bibelen står det noe som dette: «*Når jeg ser din himmel, et verk av dine fingre, månen og stjernene som du har satt der, hva er da et menneske ...?*»

Vi mennesker er fantastiske skapninger, fordi Gud har skapt oss! Dette er tilfredsstillende å erkjenne og å kunne leve i: Gud er Gud. Han har skapt alt, og jeg er et menneske. Dette gjør at livet henger på greip.

TEKST: LIV SKORVEN
FOTO: JON SKJÆRET





OSLO ØST
— TRAFIKKSKOLE —

VI HAR GLEDEN AV Å MEDELE
NY ÅPNING
AV TRAFIKKSKOLE PÅ
OPPSAL

Oslo Øst
trafikkskole flytter i
august inn i Solbergli-
veien 85, i bygget
like bak kirken!



-  **ERFARNE INSTRUKTØRER**
-  **FLEKSIBLE TIMER**
-  **TRYGG OG MODERNE OPPLÆRING**
-  **NYE BILER - BEST PÅ MILJØ**

 Osloosttrafikkskole.no

 Instagram |  Facebook |  tiktok

 **DU FINNER OSS HER:**
Opus Oppsal, Solbergliveien 85, Oslo
Mellom Oppsal Kirke og Oppsal skole

Vorter? Sopp? Inngrodd negl?
Diabetes? Ønske om velvære?

*Vi har kompetansen,
velkommen!*



FOKUSFOTEN

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



Samtaleterapi på Oppsal

- individuell terapi
- parterapi
- familierapi

Ta kontakt med Østmarka Hverdagsterapi:
E-post: stine@ostmarka-hverdagsterapi.no
Tlf. 97 33 84 04



Hurra for Østensjø skoles musikkorps

Den 26. september fyller Østensjø skoles musikkorps 100 år. Det var på et møte i mai 1926 at det ble enighet om å opprette et korps ved skolen. På den tiden var korpset bare for gutter, men fra 1962 fikk jentene på skolen også mulighet til å delta.

Vi hadde som mål at korpset vårt skulle ha 100 medlemmer ved hundreårsjubileet, og nå har vi 106 medlemmer, forteller Ninja Syverud Røisland og Sara Holm Foss. De spiller henholdsvis trompet og fløyte i korpset, og begge har vært med i mange år. Den 13. september skal de begge konfirmeres i Søndre Skøyen kapell, og kan da se fram til at korpset skal spille for dem på konfirmasjonsdagen.

– Hva er det fineste med å være med i korpset?

– Fellesskapet, svarer Ninja. Sara nikker og legger til at de føler seg som en del av en familie, og at korpset er et sted der man kan være seg selv. Jentene forteller at vennskap i korpset går på tvers av aldersgrensene.

– Som 7-åring kan man begynne som aspirant, og senere kan man bli en del av hovedkorpset.



Ninja og Sara er gode representanter for korpsmusikken.

Mange velger å fortsette fram til de er 19 år, noe Ninja og Sara sier de vil gjøre. Nylig var korpset på jubileumstur til Gardasjøen i Italia. Etter pandemien i 2020-2021 hadde korpset bare 50-60 medlemmer, men de siste årene har medlems-tallet vært stigende. Korpset har fellesøvelse hver onsdag, og på tirsdager er det øvelser for de enkelte instrumentene.

26. april ble jubileumskonserter avholdt i Ridehuset Scene. Jubileet vil bli markert på Østensjø skole 26. september med utstillinger og musikk.

TEKST: JOHAN HINDAHL FOTO: THOMAS BREKKUM



Trenger du hjelp, eller vil du hjelpe? Ønsker du en møteplass å komme til, eller vil du dra i gang en aktivitet?

Oppsal Frivilligsentral ønsker å tilrettelegge for frivillig aktivitet i området vårt – her kan du få hjelp og gi hjelp!

Man kan få følge til lege, hjelp til et enkelt praktisk oppdrag hjemme, eller besøks-/turvenn.

Vi har treningsgrupper, turgruppe, strikkekafe, lesesirkel, kulturgruppe, språkkafe, leksehjelp, og datahjelp. I tillegg har vi mange kurs for barn, og nye lokaler med mange muligheter!

Vi tar gjerne imot deg som har lyst til å bli frivillig. Oppsal Frivilligsentral er en møteplass for nabolaget, og du som blir frivillig kan foreslå nye aktiviteter som du kan være med på å sette i gang.

Oppsal Frivilligsentral har nye lokaler i etasjen over biblioteket i Oppsal Samfunnshus. Vi har åpent hverdager mellom kl 10 og 15, og oppfordrer til å ta kontakt først, om du vil avtale et møte. Ring på 22758484 eller send en e-post til silje.farner-calvert@bos.oslo.kommune.no

Veterinær Heidi Nøstvig

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

Hellerudsvingen 5, 0684 Oslo

Tlf: 950 71 012

Muskel- og leddplager?

- Spent muskulatur
- Nakkesmerter
- Ryggsmerter
- Spenningshodepine
- Kroniske muskulære plager

Høy kompetanse gir god & trygg behandling!

Konkurransedyktige priser.

Velkommen til muskelterapi & massasjebehandling!

Booking på sms/mob: 936 57 562

Kiropraktorklinikken

Skøyenåsen Senter, Haakon Tveters vei 8



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

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



Oppsal Gospelkor

Responsten på vårt nyetablerte gospelkor har vært enorm. Når bladet går i trykken har koret hatt sin første åpne øvelse, med nærmere 70 deltakere. Dirigent Kristoffer Moslått ledet kvelden med stø og energisk hånd. Øvelsene er på onsdager kl 19, og det er fortsatt mulig å bli med. Du kan høre dem allerede i gudstjenestene 11. oktober, 6. desember og 1. juledag.

Fellesskapskvelder i Oppsal kirke

Tema: Med et Fadervår i pakt skal du aldri gyse.

Vi inviterer til undervisning og samtale **torsdager kl 19.**

15. oktober: **"Hvem får vi komme til?"**
v/Mathias Ekre Husum

22. oktober: **"Det viktigste først"**
v/Erik Andreassen

29. oktober: **"Brød, skyld og nåde"**
v/Mathias Ekre Husum

5. november: **"Bevart i kampen – båret av håpet"** v/Alexander Colstrup
Forfriskninger/Enkel servering

Nytt fra staben

Sølvi Ådna Holmstrøm går av med pensjon etter 20 år som kantor i Oppsal kirke. Søndag 6.sept blir det offisiell avskjedsgudstjeneste med en kjær kirkemusiker, men vi gleder oss over at hun fortsatt vil ta vikaroppdrag hos oss.



Sølvis etterfølger er **Bjarte Sæle** som noen kjenner fra kveldsgudstjenestene hvor han har stilt med fullt band. Vi er glad for å få en dyktig musiker med et bredt spekter, og Bjarte er ansatt fra 1. oktober.

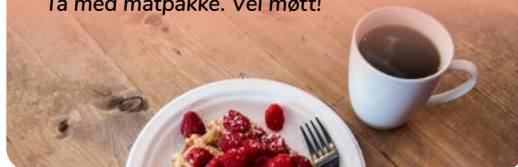


Kapellan **Nina Kristine Niestroj** har permisjon fra august og ut året. Hun skal vikariere som institusjonsprest på sykehjem denne perioden. Vi er takknemlig for at Erik Andreassen, som bor på Skøyenåsen, stiller som prestevikar.

Dugnad ved kirken før konfirmasjonen

Vi vil gjøre det pent utenfor og inne i Oppsal kirke før konfirmasjonen i høst (12. og 13. september). Derfor inviterer vi alle som har virketrang og litt ledig tid til dugnad i uka før konfirmasjonen. Vi setter opp arbeidsliste, slik at du kan komme den dagen det passer best, gjøre en liten innsats og krysse av på listen. Spesielt fredag 11.9 kl 10-15 er dugnadsleder tilstede. Da er det også felles Fredagslunsj kl 12.

Ta med matpakke. Vel møtt!



Helgehilsen



Ta kontakt med menigheskontoet hvis du ønsker å få tilsendt ukentlig «helgehilsen» fra staben!

E-post: post.oppsal.oslo@kirken.no

Napp ut midtsidene
og ta vare på dem!

Velkommen
til gudstjeneste!

Det er mulighet for dåp
hver søndag unntatt i guds-
tjenester merket med (*)
Gudstjenestene starter kl 11
hvis ikke annet er
oppgitt.

GUDSTJENESTER

HØSTEN 2026

Med forbehold om endringer.

DAG OG BIBELTEKST	OPPSAL KIRKE	SØNDRE SKØYEN KAPELL
Søndag 30. august Vingårdssøndag/14. søndag i treenighetstiden Matt 20,1-16	Kl 18 Kveldsgudstjeneste (*) m/nattverd. Prest: Erik Andreassen Offer: Eget arbeid	Gudstjeneste m/nattverd (*) Eivind Osnes Offer: Eget arbeid
Søndag 6. september 15. søndag i treenighetstiden Matt 5,38-48	Gudstjeneste med søndagsskole og nattverd Avskjed med kantor Sølvi Prest: Alexander Colstrup Offer: Alpha Norge	Gudstjeneste (*) Vitalkirken
Lørdag 12. september	Konfirmasjoner kl 11, 13 og 15 (*) Offer: Eget ungdomsarbeid	
Søndag 13. september 16. søndag i treenighetstiden Mark 7,31-37	Kl 11 Konfirmasjon (*) Offer: Eget ungdomsarbeid	Kl 13 Konfirmasjon (*) Offer: Eget ungdomsarbeid
Søndag 20. september 17. søndag i treenighetstiden Joh 11,17-29 og 30-46	Misjons gudstjeneste m/søndagsskole og nattverd Prest: Erik Andreassen Diakon: Edel Solberg Offer: Misjonsprosjektet	Gudstjeneste (*) Vitalkirken
Søndag 27. september 18. søndag i treenighetstiden Matt 8,14-17	Kl 18 Kveldsgudstjeneste (*) Prest: Alexander Colstrup Offer: Eget arbeid	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Jens Fredrik Brenne Offer: Eget arbeid
Søndag 4. oktober 19. søndag i treenighetstiden Matt 5,20-26	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Endre Olav Osnes Offer: Sjømannskirken	Gudstjeneste (*) Vitalkirken
Søndag 11. oktober 20. søndag i treenighetstiden Joh 11,1-5	Høsttakkefest m/søndagsskole og nattverd Prest: Alexander Colstrup Offer: Eget arbeid	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Svein Granerud Offer: Acta – Normisjon
Søndag 18. oktober 21. søndag i treenighetstiden Matt 22,15-22	Gudstjeneste m/søndagsskole og nattverd Prest: Erik Andreassen Offer: NKSS	Gudstjeneste (*) Vitalkirken
Søndag 25. oktober Bots- og bønnedag Luk 13,22-30	Kl 18 Kveldsgudstjeneste (*) Prest: Alexander Colstrup Innsettelse av kantor Bjarte Sæle Offer: Eget arbeid	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Rolf Gunnar Heitmann Offer: Israelsmisjonen
Søndag 1. november Allehelgensdag Matt 5,1-12	Gudstjeneste m/søndagsskole og nattverd Prest: Alexander Colstrup Offer: Eget arbeid Minnemarkering kl 19	Gudstjeneste (*) Vitalkirken

Visjon: "Mennesker møtt av Jesus Kristus"

Verdier: "Møte, Lære, Leve"

DAG OG BIBELTEKST	OPPSAL KIRKE	SØNDRE SKØYEN KAPELL
Søndag 8. november 24. søndag i treenighetstiden Joh 6,63-69	Gudstjeneste m/nattverd Søndag for de forfulgte Søndagsskole Prest: Erik Andreassen Diakon: Edel Solberg Offer: Åpne dører	Gudstjeneste m/nattverd (*) Eivind Osnes Offer: Eget arbeid
Søndag 15. november 25. søndag i treenighetstiden Mark 2,1-12	Lys våken gudstjeneste m/søndagsskole og nattverd Prest: Alexander Colstrup Offer: Eget arbeid	Gudstjeneste (*) Vitalkirken
Søndag 22. november Domssøndag / Kristi kongedag Matt 25,31-46	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Sigmund Akselsen Offer: Young Life	Gudstjeneste m/nattverd Prest: Terje Fonk Offer: Eget arbeid
Søndag 29. november 1. søndag i advent Luk 4,16-22	Kl 18 Kveldsgudstjeneste (*) Prest: Alexander Colstrup Kateket: Mathias Offer: Eget arbeid	Gudstjeneste (*) Vitalkirken



Foto: Stockphoto

ALLEHELGEN SØNDAG 1. NOVEMBER

Minnemarkering kl 19

Vakker musikk og navnene på alle som har gått bort det siste året blir lest. En kveld med rom for savn, sorg og håp.

Østmarkskapellet

Sportsgudstjenester søndager kl 12.00

- 30. august ved Jon Aalborg
- 6. september ved Hanna Barth Hake
- 13. september ved Eivind Arnevåg
- 20. september ved Mortensrud menighet
- 27. september ved Kjell Nordstokke
- 4. oktober ved Turid Skorpe Lannem
- 11. oktober ved Gunnar Kagge
- 18. oktober ved Kjetil Hauge
- 25. oktober ved Liv Hegle



- 1. november ved Silje Kvamme Bjørndal
- 8. november ved Espen Hasle
- 15. november ved Karl Olav Sandnes
- 22. november ved Finn Folke Thorp
- 29. november ved Ole Jens Hovda

www.ostmarkskapellet.no

Trenger du noen å sam- tale med?

Hvis det ikke passer å delta på Lunsj for etterlatte, så ta gjerne kontakt med diakonen eller en av prestene i Oppsal. Da avtaler vi tid og sted for samtale. Kontaktinfo på side 2.

ØVRIG PROGRAM

Vi inviterer til ulike fellesskap i kirken og kapellet, ofte er de for flere generasjoner!

FOR BARN & FAMILIER:

Etter skoletid

Oppstart 1. september og juleavslutning 8. desember. Spondkode: MJJBP

Vi starter opp Etter skoletid! Velkommen spesielt dere i 5.-7. klasse hver tirsdag i partallsuke fra kl 13.30 og utover. Da åpner vi opp dørene til Lillesalen i Oppsal kirke. Her blir det muligheter for å lage seg en toast, få leksehjelp og spille bordtennis eller shuffleboard. Dette blir et lavterskeltilbud, hvor vi også åpner opp rommet for å bare kunne være sammen. VELKOMMEN!

SuperTirsdag

Oppstart 25. august – hver oddetalls tirsdag kl 16.45-18.30. Juleavslutning 15. desember. Spondkode: EV-NZH. Kom for mat, litt bibel og sosialt/ lek som passer for enestående og for ulike familier! Følg med i kalenderen på nettsidene eller FB-sidene.

Babysang

Oppstart 20. august – hver torsdag kl 11-12.30 babysang og lunsj. Bli også gjerne medlem i vår Facebook-gruppe "Babysang Oppsal kirke" for oppdatert info.



Søndagsskole

Samling for barn med bibel og lek, de blir delt opp i småbarn og skolebarn. Det starter ca. kl 11.15 – litt uti gudstjenesten (kl 11) etter evt dåp. Ikke i skoleferier, kveldsgudstjenester og Gudstjenester for små og store. Se gudstjenestelisten side 8-9 for datoer og følg med på kalenderen på nettsidene.



Tweensklubb

Alle i 5.-7. klassinger er hjertelig velkomne til tweensklubb i Oppsal kirke.

Datoer: 6. september, 4. oktober, 1. november og juleavslutning 6. desember.

Her har vi ulike aktiviteter – boblefootball, bibel-smugling, neon cup og masse mer. Vi liker å dele tro og liv sammen på hver samling. Spondkode: KOLTM



Lys vaken

14.-15. november! Bli med og overnatte i kirkerommet! Vi i Oppsal kirke stiller i stand et uforglemmelig døgn med god prat om tro, kjekke aktiviteter og en natt i selve kirkerommet for alle i 5.-7.klasse! For mer info følg med på nettsiden, eller send mail til ia777@kirken.no.

Ta med deg barnehagen eller klassen din på julevandring

Ønsker du å ta med deg BARNEHAGEN din på julevandring hos oss i Oppsal kirke? Ta kontakt med ia777@kirken.no! Vi lever oss inn i julefortellingen sammen – det er en flott måte å la barna få lære om vår juletradisjon.

Ønsker du å ta med deg KLASSEN din på julegudstjeneste til Oppsal kirke? Ta kontakt med mh956@kirken.no! Vi tilbyr en tradisjonsrik opplevelse i kirken, samt undervisningsopplegg for de som ikke vil bli med på gudstjenesten – det er en flott måte å la elevene få lære om vår juletradisjon.



FOR UNGDOM: HANGOUT

Ungdomsfellesskapet samles for å bli kjent, spise snacks, ha konkurranser, og kose oss utover kvelden. Kom som du er!

For mer info: Sjekk ut nettsiden eller send epost til mh956@kirken.no.

FOR VOKSNE:

Østensjø demenskor

Østensjø demenskor starter høstsemesteret i september. Mens «gullrekka» synger, går de pårørende et annet sted og samtaler om aktuelle tema. Så er det felles kaffe etterpå. En nydelig frivilligruppe gjør dette mulig, sammen med ansatte i bydelen og kirkens diakon. Noter gjerne dato for julekonserten allerede, dette er verd å få med seg! **3. desember kl 18.**

Lørdagstreff

Er for alle, men er spesielt tilrettelagt for mennesker med funksjonsvariasjoner. Vi har en kort åpning i kirka med lystenning og fin musikk, og så er det kafe med mye godt og bingo! Velkommen!

Datoer: 29. august Manglerud kirke, 19. september Oppsal kirke, 24. oktober Manglerud kirke og 21. november Oppsal kirke

Formiddagstreff i Søndre Skøyen kapell

Interessante foredrag og god servering. Utlodning og lett trim. Onsdager kl 12-14.

16. september: Jan Platou: Rundtur i platesamlingen.

21. oktober: Harold Leenderts: "Skjønnhet – i ord, toner og bilder".

18. november: Odd Georg Murud: Hans Børli og Vidar Sandbeck i ord og toner.

Temalunsj i Oppsal kirke

God bevertning, interessant foredragsholder og tid til å slå av en prat med gamle og nye kjente. Kom gjerne alene, eller inviter med deg noen du kjenner! **Tirsdager kl 12-14.**

1. september: Odd Georg Murud: 200 år med norske folkeeventyr. Asbjørnsen og Moe

6. oktober: Hans Jacob Finstad viser bildeserien «Mine dager på jorden»

3. november: «Knocking on Heaven's Door» Foredrag ved Atle Karlung. Medvirkende: Sølvi Ådna Holmstrøm og Randi Karlung.

1. desember: Program kommer.

Kirkeringen i Oppsal kirke

Et sosialt og åndelig møtepunkt der vi samler inn penger til gode formål i Oppsal kirke. Ta med matpakke! Vi serverer kake og kaffe/ te. Ingrid Rød Jensen leder.

Tirsdager kl 12-13.30: 22. september, 20. oktober, 17. november og 15. desember



Lunsj for etterlatte

En samling som kanskje passer for deg som har mistet en du er glad i. Enkel lunsj, og samtale rundt et tema innen sorg, savn og veien videre. To diakoner leder gruppa. Gratis tilbud, bortsett fra at vi spleiser med kr. 50,- for lunsj. Livssynsåpen gruppe.

Datoer i høst: (Alle samlingene er i Oppsal kirke, kl 12- 13.30.) 15. september, 13. oktober, 10. november og 8. desember.

Ta kontakt med diakonen (kontaktinfo side 2) for mer informasjon.



Illustrasjon: Freefolk

Fredagslunsj

Ta med matpakke og få en fin start på helga! Lett trim. Allsang, kaffe/te. Noen ganger fortelles eller leses det noe. Hver fredag kl 12-13 i menighetssalen i Oppsal kirke.



VI MARKERER

Verdensdagen for psykisk helse

**Torsdag 8. oktober kl 19
i Oppsal kirke**

Per Arne Dahl er prest, tidligere biskop og en dyktig foredragsholder. Han vil snakke om: Hvordan ta vare på håpet i krevende tider?

Anja-Christin Nielsen spiller trompet. Hun er opprinnelig fra Son og har sin utøvende utdanning som trompetist fra Danmark og USA. I 14 år bodde hun i New York der hun livnærte seg som utøvende musiker, og hun var også kulturansvarlig og husmusiker ved Sjømannskirken i New York.

Nå jobber hun som trompetist og pedagog i Oslo-området.

Brit Marlene Sørli akkompagnerer.

Velsmakende høstsuppe!

Gratis inngang



SYMPHONATE og Garbys obo

Søndre Skøyen kapell 20. oktober kl 19.00

Symfoniske mesterverk - tre musikere!

Sofie Garby, obo, Narin Folgerø, fiolin

Sigstein Folgerø, klaver

Fri entré – frivillig bidrag



Konsserter i Oppsal kirke rundt advent

Stor adventskonsert

Torsdag 26. november kl 18.30

Lions Bryn følger opp tradisjonen med korkonsert i Oppsal kirke – et fint avbrekk i en hektisk førjulstid

NY LEIETAGER I SOLBERGLIVEIEN 85

Nytt dansestudio på Oppsal

Nytt tilbud fra høsten 2026!

Fellesskap, tilhørighet og mest-ringsfølelse står sentralt for Camilla Brandsrud Scheflo, faglærer i dans og grunnlegger av Flonium studio.

En mangeårig drøm går i oppfyllelse denne høsten når hun åpner dørene til Flonium studio på Oppsal. Med over 20 års erfaring innen dans, undervisning, koreografi og sceneproduksjon, og 12 år som lærer, kombinerer Camilla sterk fagkompetanse med et brennende engasjement for barn og unges utvikling.

Flonium studio skal tilby danseundervisning av høy faglig kvalitet i et trygt og inkluderende miljø.

I Flonium studio er målet ikke å løfte fram noen få talenter på bekostning av fellesskapet. Her skal alle elever bli sett, utfordret og oppleve mestring på sitt nivå. Både de som drømmer om scenen og de som bare ønsker dansegleder, bevegelse og et sosialt fellesskap, skal finne sin plass.

– Jeg brenner for å bygge et miljø der fellesskap og kvalitet går hånd i hånd. Når elever går ut av dansesalen, håper jeg de kjenner både stolthet, glede og tro på seg selv.

Studioet åpner i mindre skala denne høsten, men visjonen er stor. Målet er å bygge et levende og bærekraftig studio på Oppsal – der barn, unge og voksne kan utvikle seg, oppleve fellesskap og skape gode minner gjennom dans og sceneproduksjon.

Påmelding og info: www.flonium.no

Kontakt: post@flonium.no

Instagram: [flonium.studio](https://www.instagram.com/flonium.studio)



Foto: Privat



Foto: Privat

LIVETS GANG

Perioden fra 23. april til 12. august.

Vielser og gravferder kan du «bestille» på Kirketorget, tlf 23 62 90 09. **For dåp** – gå inn på minkirkeside.no/oslo eller ta kontakt med prest i Oppsal.



BIBELVERSET

Min fred gir jeg dere, ikke
den fred som verden gir.
La ikke hjertet bli grepet av
angst og motløshet.

Fra Joh. 14, 27



Bidra økonomisk

Hvorfor?

- Du bidrar til at kirken kan tilby aktiviteter for store og små.
- Du bidrar til verdifulle møtepunkter for mennesker i lokalmiljøet.
- Hvis ikke du har tid til å bidra som frivillig, er dette en flott måte du kan bidra på!

Alt ordnes i Vipps!

Du kan enkelt bli fast giver eller gi et enkelt bidrag i Vipps-appen.

Vippsnr 92008

ANNONSER:

MANGLERUD ADVOKATKONTOR

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

- Fremtidsfullmakter • Testamenter/arveoppgjør
 - Samboeravtaler/ektepakter • Barnevern
 - Separasjon/skilsmisse/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

Anonyme Alkoholikere

Oppsal AA gruppe har møte
hver tirsdag
fra kl 19.00-20.40
i Oppsal kirke

Det eneste som kreves er et
ønske om å slutte å drikke

AA's kontakttelefon:

911 77 770

www.anonymealkoholikere.no

«Gullfisken» ved Oppsaljordet på slutten av 1950-tallet. Drabantbyutviklingen er kommet godt i gang. Kilde: Østensjø lokalhistoriske bilder



Østensjøbanen 100 år i 2026 – en byutviklingshistorie

slutten av mai arrangerte Byantikvaren, assistert av representanter fra Lokaltrafikkhistorisk forening og Ruter, en vandring fra Hellerud T-banestasjon til Oppsal i forbindelse med Østensjøbanens 100 års markering. Markeringen ble koblet til områdets byutviklingshistorie og kommunesammenslåingen i 1948.

Omstigning

Aker kommune stiftet i 1917 sitt eget baneselskap, A/S Akersbanene og bygde Østensjøbanen som en direkte forlengelse av bytrikkens linje til bygrensen ved Etterstad. Første etappe til Bryn stod ferdig i 1923. Til å begynne med ble det benyttet bytrikker, «Grønntrikken», fra Kristiania Sporveisselskap.

Villabebyggelse

Aker kommune så det som sin oppgave å legge trikketraseen der folk bodde eller der det var planer om å utvikle et boligstrøk. Godlia var et slikt område. Utbygging var mulig etter kommunens kjøp av Nordre Skøyen Hovedgård i

1910. Trikkeforbindelsen satte fart i byggevirkomheten i forvisningen om god forbindelse til byen.

Østensjø skole

Turen gikk videre med T banen til Skøyenåsen der Østensjø skole hadde åpnet i 1918. Området rundt skolen var et sted der boligutviklingen dannet grunnlag for stasjonen. I ettertid har det vist seg å bli et knutepunkt.

Enkeltsporet

For 100 år siden i 1926 var trikkesløyfen banens endeholdeplass, et godt tilbud til de mange husstander på Oppsal som fra begynnelsen av 1900-tallet ikke var vant til at kommunen ordnet med infrastruktur for innflyttere. Litt symptomatisk var det at banen de første årene var enkeltsporet fra Godlia til Oppsal. En streik blant de reisende måtte til for at kommunen bygget dobbeltspor. Det skulle vise seg nødvendig etter hvert som drabantbyen Oppsal ble utbygget på 1950-tallet.

«Gullfiskene»

Fra 1937 fikk A/S Bærumsbanen driftsansvar for Østensjøbanen, som inntil 1967 ble drevet i samtrafikk med Lilleakerbanen under navnet «Lilleaker-Østensjøbanen». Dermed fikk man en lang pendellinje mellom Oppsal og Kolsås, en distanse på 25 km. Fra 1938 kom de såkalte «Gullfiskene».

T-bane

I 1954 vedtok Oslo bystyre å bygge T-bane. Østensjøbanen ble omlagt fra trikk til bane i 1967, da med endestasjon Skullerud. Forlengelsen av trikkelinjen fra Oppsal til Bøler ble åpnet i 1958. Da var også Oppsal stasjon flyttet ned til tunnelinngangen mot Ulsrud. Mortensrud ble i 1998 direkte knyttet til T-banen. Østensjøbanen fikk to avgreininger, først Lambertseterbanen fra Høyenhall med trikk i 1957 og Furusetbanen fra Hellerud i 1970. Vi kan derfor konkludere med at Østensjøbanen har medvirket til byutvikling gjennom 100 år.

AV LEIF-DAN BIRKEMOE

KONFIRMANTER 2026:

Oppsal kirke

Lørdag 12. september kl 11

Ida Sommer Andersen
Viktoria Antonsen
Ella Bakkemyr
Ole Melhuus Birkemoe
Maximilian Alexander Bjerke Engelstad
Ella Matilde Bjerkeli
Olivia Kim Brill
Helene Hushagen Christensen
Ingeborg Dovland
Fredrik Eide Ekbråten
Fillip Elvenes
Kiran Sebastian Endal
William André Engseth
Lykke Dorothea Eriksen
Martine Evensen
Anna Victoria Johansson Finsrud
Jonas Heggbredda Florholmen
Sanna Evelyn Larsen
Ingrid Moen Mevold

Lørdag 12 september kl 13

Noah Darbinian-Johansen
Eline Stray Floberghagen
Emil Haga
Askil Haukedalen
Olav Faye Helvik
Oskar Gjeitrem Henriksen
Christian Ingolf Hauerberg Hervang
Vida Sofie Dellemyr Hynne
Nora Sommerfeldt Johannessen
Olivia Edlawit Fjeldahl Johnsen
Noah Berdal Johnson

Lukas Andersen Kjøstvedt
Edvard Dyrli Kopperud
Ragnhild Dyrli Kopperud
Josefine Lorentzen-Skrede
Eric Mathias Berge Laate
Noomi Ngo-Aandal
Andrea Gudim Torp
Sebastian Aagaard-Isaksen

Lørdag 12. september kl 15

Rafael Elias Asfaha
Tomine Sofie Berge Christensen
Mille Aurora Håndstad
Simen Berg Johannesen
Halvor Johan Longva
Leon Daniele Paulsen Mattioli
Julie Nilssen
Robin Kowo Odriel Ojulu
Jeremiah Chibuzo Ihenacho
Nwabueze Okehi
Henrik Karlsten Osdal
Margrete Ramsvik
Selma Riis-Bergestig
Mikkel Tolleshaug
Martin Silseth Torjuul
Lars Magnus Valseth
Marcus Nickolai Stendal Vinnes
Ignacio Talledo Aalmo

Søndag 13. september kl 11

Ane Askildt Waage
Idun Børresen Berge
Anne Frida Bjørseth
Aksel Deigaard
Louise Fahlstrøm
Simon Flø-Bakken
Johanne Marie Norseng Gervin

Leo Vidnes Høiberg
Helene Ingeberg
Ylva Salater Istad
Isabella Maria Jung-Ottesen
Kristian Mosvoll
Ella Almaas Nisi
Olea Nærø
Erik Skaarud-Alexis
Victoria Lucie Capdeville Småland
Aksel Viberg Henriksen

Søndre Skøyen kapell

Søndag 13. september kl 13

Johanne Wiger Brattøy
Eiliv Smette Børset
Sara Holm Foss
Leon Nikolai Johnsen Meisingset
Anja Syverud Røisland
Ninja Syverud Røisland
Leonard Tafjord Sneltvedt
Theodor Trandum Terjesen

