

# TONSEN BLADET



Lokalblad for Linderud, Lunden, Brobekk, Vollebekk, Risløkka, Økern, Refstad, Disen, Loftthus, Årvoll og Tonsenhagen  
Nr 2 | Mars 2023 | 76. årgang

Program på baksiden

## Grønn dag

Velkommen til Tonsen kirke

6. mai kl. 11:00-14:30



Side 3:  
**RELOVE – myk og kreativ gjenbruk**

Side 6:  
**Prest for barna og alle oss andre**

Side 15:  
**Rom for deg og din stemme**



MARIA PAULSEN SKJERDINGSTAD, SOKNEPREST



## Kirken og FNs bærekraftsmål

Verdens land har blitt enige om 17 bærekraftsmål som skal oppnås innen 2030. Det er ambisiøse mål og som utfordrer oss både globalt og lokalt. «Leave no one behind» er hovedbudskapet eller som vi sier det på norsk: «Alle skal med». De 17 bærekraftsmålene reflekterer spillet mellom klima og miljø, økonomi og sosiale forhold. Den norske kirke har gitt sin tilslutning til disse målene og ser på de som et verktøy i kirkas arbeid for å fremme fred og rettferdighet.

«FNs bærekraftsmål handler om politikk, dette skal ikke kirka bry seg om», vil kanskje noen si. Og ja, det handler om politikk, og den norske regjeringen har forpliktet seg på bærekraftsmålene og den er også tydelig på at den forventer at bærekraftsmålene legges til grunn når beslutninger tas på lokalt og regionalt politisk nivå. Men bærekraftsmålene har ingen gjennomslagskraft dersom ikke organisasjoner og enkeltmennesker tar del i arbeidet.

Men hvorfor skal kirka ta opp i seg et dokument som er vedtatt av en sekulær aktør som FN? Hvorfor skal bærekraftsmålene være med å formulere hva som er kirkas målsetninger? Kirka er en del av sivilsamfunnet og har også et ansvar for samfunnet og verden. Kirkas oppdrag er ikke bare å bygge sitt eget fellesskap, men å bidra til at verden blir et bedre sted. Når mennesker lider nød eller krenkes, når skaperverket trues, da kan ikke kristne bare sitte i ro og se på. Bibelen inneholder mye som kan motiver og gi retning i et slikt engasjement. Men bærekraftsmålene gir en analyse av situasjonen i vår tid, den gir oss et viktig korrektiv som vi ikke finner

“ I Tonsen kirke har vi mange tilbud til barn og unge, og vi er opptatt av at det skal koste lite å delta i våre aktiviteter, slik at flest mulig kan ha mulighet til å være med.

i Bibelen. Det er i vår tid vi er i ferd med å overbelaste ressursgrunnlaget på kloden og det er vi nødt å ta inn over oss både som kirke og som samfunn.

Hvordan kan kirken lokalt bidra inn i arbeidet med bærekraftsmålene? Hva kan vi som er kirke i vårt nærmiljø gjøre? Her er et eksempel på hvordan vi kan bidra: **Utrydde fattigdom:** dette er det første av bærekraftsmålene og et mål som helt klart utfordrer oss globalt. Men de siste årene har fattigdom blitt en utfordring som har kommet tettere på oss lokalt. I Groruddalen lever i underkant av 20% av barnefamiliene under fattigdomsgrensa.

I Tonsen kirke har vi mange tilbud til barn og unge, og vi er opptatt av at det skal koste lite å delta i våre aktiviteter, slik at flest mulig kan ha mulighet til å være med. «Fritidsaktiviteter kan gi et pusterom, en følelse av normalitet og inkludering for barn som lever i fattigdom» sier generalsekretæren i Kirkens Bymisjon og dette utfordrer oss til å stadig jobbe for at vi har åpne og inkluderende fellesskap i kirken som bidrar til sosial tilhørighet og motvirker utenforskap.

### Tonsen menighet

Ekspedisjonstid: Tirsdag – fredag kl. 10–14  
 Besøksadresse: Traverveien 16  
 Postadresse: Postboks 28 Årvoll,  
 0515 Oslo  
 Telefon: 23 62 93 30  
 E-post: post.tonsen.oslo@kirken.no  
 Internettside: www.tonsenkirke.no  
 Sentralbord for  
 Kirken i Oslo: 23 62 90 00

#### Stab:

**Sokneprest Maria Paulsen Skjerdingsstad**  
 E-post: mp943@kirken.no  
 Telefon: 415 48 433  
**Kapellan Øyvind Ådnøy Remmen**  
 (Slutter 30. april 2023)  
 E-post: or986@kirken.no  
**Kapellan Maren Andrea Aasulvsen**  
 E-post: ma774@kirken.no  
 Telefon: 909 21 084  
**Diakon Ieva Folmo**  
 E-post: if962@kirken.no  
 Telefon: 481 53 164  
**Kateket Mats A. Garte**  
 E-post: mg369@kirken.no  
 Telefon: 464 25 130  
**Daglig leder Gry Gotaas Fredum**  
 E-post: gf887@kirken.no  
 Telefon, kontor: 23 62 93 32, privat: 928 67 247  
**Organist Daniel Solyom**  
 (60 prosent stilling)  
 E-post: ds458@kirken.no  
**Menighetssekretær Gunhild Ettestøl**  
 (70 prosent stilling)  
 E-post: ge655@kirken.no  
 Telefon, kontor: 23 62 93 30, privat: 924 41 558  
**Trosopplæringsmedarbeider**  
 (80% stilling)  
**Barnekoordinator Tone Siv Keiserås Kronberg**  
 (10 prosent stilling)  
 E-post: tonsensuperonsdag@gmail.com

#### Annet:

**Menighetsrådet:**  
**Mona Bjelland, leder**  
 E-post: post.tonsen.oslo@kirken.no  
 Gavekonto: Bankgiro: 1503.08.60443

#### Tonsenbladet:

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

TRO ● TJENESTE ● TRIVSEL

I lokalene Startblokka på Linderudløkka – den gamle Siemens-tomta – finner vi organisasjonen Relove som arbeider for kreativ gjenbruk og redesign av tekstiler.

# RELOVE – myk og kreativ gjenbruk

Tekst: Jon Magne Vestøl

Relove ble stiftet i 2015 på initiativ fra den lokale ildsjelen og tekstilkunstneren Eline Medbøe som er bosatt på Tonsenhagen og hadde holdt kurs på Årvoll gård et par år. Daglig leder fra 2022 er den ukrainske tekstildesigneren Katya Bukhantsova som arbeider med kunsthekling og broderi og også har vært frivillig medarbeider i organisasjonen.

Katya Bukhantsova opplyser til Tonsenbladet at navnet Relove står for «Redesign Lokalt Verksted». Hun sier at organisasjonen arbeider lokalt ved at tekstiler til kurs og aktiviteter samles og gjenbrukes samme sted. Kursholdere som organisasjonen leier inn har også en lokalt tilknytning, og dermed bidrar de også sosialt til områdene de bor og arbeider i.

I dag har organisasjonen knyttet til seg nærmere tjue medarbeidere og kursholdere, og flertallet har utdanning

→



Foto: Guri Dahl

“ Formålet med Relove er å spre kunnskap om kreativ gjenbruk av klær og tekstiler i form av redesign og omsøm.

og kompetanse innenfor fagfelt som tekstilkunst, tekstildesign, kostymedesign, motedesign, billedkunst og formgivning.

### Formål

Formålet med Relove er å spre kunnskap om kreativ gjenbruk av klær og tekstiler i form av redesign og omsøm. Dette formålet virkeliggjøres gjennom kurs for interesserte i flere av Oslos bydeler. Kurs-holdere leies inn for å holde kurs og workshops ulike steder i Oslo, og man driver opplæring av ungdommer i søm



Sliten olabukse redesignet til kul veske. Foto: Guri Dahl

og redesign og tilbyr dem arbeidstrening.

### Kurs

I bydel Bjerke holder Relove faste kurs i Startblokka i Østre Aker vei 90 og i Kulturhuset Veitvet.

I Startblokka tilbys det flere ulike kurs. Et Familiekurs hvor man arbeider med egne sy- og redesignprosjekter under veiledning. Et Fix'it reparasjonsverksted som gir veiledning og undervisning i reparasjon av klær. I tillegg har organisasjonen et eget verksted, Tekstilla-lab, som er et arbeidstreningprogram for ungdom. Ungdommene som deltar der kan på sikt også jobbe som assistenter på kurs som Relove arrangerer. Det arrangeres også såkalte Sprette-cafeer på blant annet Linderud hvor frivillige bidrar med å klargjøre gjenbruksmateriale for bruk på kursene.

På Kulturhuset Veitvet arrangeres kurset «Fra søppel til gull» for barn 10-12 år og et sy-, redesign og kostyme-kurs for aldersgruppene 10-19 år.

### Støtte- og samarbeidspartnere

Relove får støtte til sine kurs fra blant

Deltaker på Veitvet har redesignet duker til ballkjole. Foto: Guri Dahl

annet Bydel Bjerke, Sparebankstiftelsen og Bufdir og samarbeider med en rekke organisasjoner og institusjoner: Miljø-agentene, Nysirkus Bjerke, Kulturhuset Veitvet, Deichmanske Bibliotek, Startblokka og DEMO Linderud.

### Relove - miljøtips

På nettsidene har Relove også tips til oss om hvordan vi kan behandle klær på en mer bærekraftig måte.

1. Vi kan kjøpe klær som vi faktisk trenger og vil bruke.
2. Vi kan unngå å vaske klær oftere enn nødvendig.
3. Vi kan sjekke brukmarkedet (finn.no og ulike apper) før vi kjøper nytt.
4. Vi kan reparere eller gjøre om slitte klær (inspirasjon finnes på pinterest, youtube, instagram eller ved søk på DIY – do it yourself, eller «mending» og «visible mending»).
5. Man kan selge eller gi bort det man ikke bruker, for eksempel til Relove eller Fretex.

Mer informasjon om kurstilbudet fra Relove finnes på nettsiden <https://www.relove.info/kurs>.

## Menighetens årsmøte 7. mai

Velkommen til årsmøte i Tonsen menighet, søndag 7. mai kl. 12.30 i store menighetssal. Vel møtt!

## 2. pinsedag: Felles prostigudstjeneste

Det blir felles arrangement for Groruddalen prosti, 2. pinsedag, 29. mai. Følg med på vår nettside og facebook for tid og sted.

## Sommertreff i Tonsen kirke



Også i sommer samles vi til et enkelt program/andakt inne i kirken og en lett sommerlig bevertning etterpå. Tidspunktet er kl. 12.30 på følgende onsdager: 21. juni, 5. juli og 2. august.

## Ledig hybel?

Organisten i Tonsen menighet, Daniel Solyom leter etter hybel/leilighet fra april/mai. Ta kontakt hvis du vet om noe. Han kan kontaktes på 960 11 806 eller danielsolyom29@gmail.com

CHRISTOFER SOLBAKKEN,  
PROST I GRORUDDALEN PROSTI



## Jordens forvandling

**Når påskehøytiden kommer, ser vi at jorden forvandles. Snøen smelter, og på tørre kvister kommer det plutselig friske knopper. På bakken ser vi at noe spirer. Opp fra jorden vokser det frem små blomster, og gresset endrer gradvis farge fra visstent gult til frodig grønt.**

Et landskap som gjennom vinteren har ligget nedfrosset og dekket av snø, blir igjen synlig. Fra det som så dødt og livløst ut, springer det nå ut tegn av nytt liv gjennom knopper og blader og friske farger.

Tegnene på at våren er på vei, kan gi både glede, håp og forventning om gode dager som skal komme. Solen varmer mer, og jeg kan kjenne at hverdagen med ett blir litt lettere. Også i sinnet blir det lysere med våren! Jeg kan merke at optimisme og energi kommer tilbake.

Rundt oss ser vi også andre tegn på at jorden forvandles. De er ikke like inspirerende. Den globale gjennomsnittstemperaturen stiger. Polisen smelter. Havet stiger. Dyrearter utrykkes og mennesker drives på flukt på grunn av klimaendringer. Dette er tegn på endring som hverken gir glede eller håp.

Den kristne påskefortellingen er langt på vei en dyster fortelling. Jesus rir inn i Jerusalem palmesøndag til jubel og begeistring, for så å bli sveket av sine venner skjærtorsdag, og deretter korsfestet og begravet langfredag.

Men fortellingen slutter ikke der. De fire evangeliene er litt ulike, men alle forteller om noen kvinner som går til graven for å sørge, men i stedet møter en tom grav. I Johannesevangeliet kommer de i snakk med gartneren, som viser seg likevel ikke å være gartneren, men den oppstandne Kristus.

– Rør meg ikke, sier Jesus i vår norske oversettelse, som kanskje heller burde vært gjengitt «hold ikke fast ved meg»; Hold ikke fast ved det forgjengelige, det som ødelegges og dør. Fest heller lit til den Gud som stadig skaper nytt liv.

Naturens forvandling om våren kan hjelpe oss til å se noe av kraften i Jesu oppstandelse, og gi næring til håpet om at naturen og verden og hver enkelt av oss er lagt i Guds hender.

Skal vi da la kloden gå langsomt til grunne, i forvissning om at Gud skal skape alt nytt? Jeg tror vi skal kjempe mot alt som ødelegger livet, og styrke og fremme alt som bygger opp, forener og forvandler til det gode. For meg er den største inspirasjon til en slik kamp troen på at Gud en dag skal lege alle sår og hele alle relasjoner.

*Jeg tror på jordens forvandling  
en gang, en tid, et sted,  
en fremtid hvor Guds himmel  
til jorden senkes ned,  
en evighet av glede*

*da alt det vakre her  
blir løftet i Guds klarhet  
og stråler bedre der.*

Norsk salmebok nr 899



# Prest for barna – og for oss andre

Kapellan Øyvind Remmen takker for seg

Noen av barna i Superkidz sammen med  
Øyvind i Superonsdag-t-skjorte og dirigent  
Ida Marie Isene. Foto: Privat

**For snart 10 år siden intervjuet Tonsenbladet to ferske Tonsen-prester på hver sin motorsykel. En av dem var Øyvind Remmen som siden det har vært både motor og omdreiningspunkt for viktige deler av barnarbeidet i Tonsen.**

Tekst Jon Magne Vestøl

Våren 2023 har kapellan Øyvind Ådnøy Remmen sine siste arbeidsdager i Tonsen menighet før han setter kursen noen mil sørover, til Drøbak og Frogn menighet. Den høye og smilende vestlendingen har hatt et særlig ansvar for arbeidet med barnefamilier i kirken, og sier det er med vemod i sjel og sinn at han tar avskjed med menigheten.

– Tonsen har vore ein god plass å kome til. Det er lett å bli glad i folka her, det er ei stor breidde av menneske med ulike bakgrunn. Og det har vore gøy å opne dørene for ungene, sjå dei vekse til og verte husvarme i kyrkja si.

Øyvind er tydelig på at han gjerne skulle ha fortsatt som prest i Tonsen. Når han nå blir kapellan lenger sør, er det av familiære og økonomiske grunner. Kortere reisevei gir mer tid og ressurser til familien.

### Familieprest

Kjerneoppgavene i menigheten deler alle prestene på, slik som å lede gudstjenester og utføre kirkelige handlinger som dåp, vielse og begravelse. Men utover dette har hver prest i Tonsen sine særskilte ansvarsområder. For Øyvind har det vært barne- og familiarbeidet, med tyngdepunkt i Superonsdag, med familiekoret Kaos og Sang og barnekorene Superkidz og Tween Sing.

– Det har vore ein spesiell situasjon

“ Gud held oss i si evige hand. Vi seier ikkje farvel. Vi seier på gjensyn!



Fersk kapellan på motorsykel i juni 2014. Foto: Jon Magne Vestøl

etter pandemien, forteller Øyvind. – Me vart temmeleg reduserte under pandemien, men no veks det, og det trur eg det vil fortsetje å gjere, sjølv om det er stor mobilitet blant småbarnsfamiliar. Mange bur nokre år i Tonsen-området før dei flyttar til stader utanfor byen eller tilbake til barndomstraktene. Difor er det stor utflytting. Men det kjem stadig nye til. Dei som blir buande i området over lengre tid, er verdifulle fordi dei bidreg til stabilitet. Hovudfokus på samlingane er ungene. Dei aller minste tek etter dei større. Dei lærer seg rørslene til songane og etterkvart også fleire og fleire ord, heilt til dei syng med av full hals. Det er eit privilegium å vera presten deira.

### Sykehjem og kriseteam

I tillegg til barnarbeid har Øyvind hatt ansvar for gudstjenester på Økernhjemmet og vært en del av kriseteamet i Bydel Bjerke. Øyvind sier at gudstjenestene oftest har vært holdt i et kirkerom i kjelleren, men at de ved advent også har vært på dagsenteret.

– Det er først og fremst brukarar av dagsenteret som tek del i gudstjenestene. Det er ei enklare form på desse samlingane enn på gudstjenestene i kyrkja, men det er dei same bibeltekstane som vert

nytta. Det er eit godt samarbeid med Økernhjemmet. Institusjonen bidreg med løn til muskar, og dette kjem godt med sidan organiststillingar i kyrkjene i Oslo gjerne er deltidstillingar. På Økernhjemmet møter eg ofte pårørande til nokon eg har hatt gravferd for, og har samtaler med bebuarar eller går på rommet med nattverd til nokon som ikkje kan kome på gudstenesta.

Arbeidet i kriseteamet har brakt Øyvind i kontakt med et større sosialt arbeidsfelt i bydelen.

– Kriseteamet i Bydel Bjerke er tverrfagleg, og ein av prestane i Tonsen er med. Teamet er leia av ein tilsett i bydelen, gjerne leiar for psykososiale tenester, og det består elles av representantar for NAV, barnevern, bydelspsykolog, heimesjukepleie og ulike institusjonar. Ved større hendingar blir kriseteamet raskt kopla inn, men normalsituasjonen er at eit team frå legevakta tek ansvaret dei to første døgn. Teamet gjev bistand i samband med traumatiske hendingar og ulukker, og har oppfølgingsansvar etter 3, 6 og 12 månader. Dei fleste i teamet har alltid nokon dei følger opp.

I sin tid i Tonsen har Øyvind også høstet erfaring med fagforeningsarbeid som tillitsvalgt for Presteforeningen i

→

prostiet. Han sier det har vært givende å ha kontakt med prosten i Groruddalen prosti og bli kjent med kollegaer utenfor egen menighet. Det er også han som har drevet mest med menighetens nettside, og oppfordrer folk til å komme med tilbakemeldinger på hvordan de synes den fungerer.

### Gudstjeneste

Gudstjenesten er den arenaen der presten oftest møter den jevne kirkegjenger.

– Eg likar å ha gudstjeneste, sier Øyvind. – Eg likar at gudstjenesta er høgtideleg, men at den samtidig er nær. Det er interessant å arbeide med tekstane som står i ein lang tradisjon bakover i tida. Men først og fremst er gudstjenesta noko her og no, det er uttrykk for ein relasjon, Gud og menneske har eit stevnemøte. Og so er det kjekt med kyrkjekaffi, at det i Tonsen er så mange som tek del i den.

Sentralt i en gudstjeneste står prestens tale, prekenen. – Eg likar å preike, sier Øyvind. – Det er vel lov å seie det, legger han lunt til. – Det kan sjølvstakt variere kor sterkt det ein legg fram ligg ein sjølv på hjartet. Men for meg er det viktig å ha kontakt med tilhøyrarane. Difor held eg preika utan manus. Eg prioriterer augekontakt, og synest det kan vere vel so viktig som at formuleringane blir mest mogleg presise. Eg førebur meg sjølvstakt, og so improviserer eg i nokon grad der og då. Eg er ikkje ein utprega nyskapande predikant, men ein som legg fram forteljingane og tek tilhøyrarane med inn i meiningsinnhaldet. Det kjem også tilbakemeldingar, både på preikene og på andre ting, både positiv respons og meir kritiske innspel. Og so har eg fått oppleve omsorg, ikkje minst når livet røyner på. Det har eg merkt. Det har vore ei velsigning å vere prest i Tonsen.

Etter nesten 10 år som kapellan i Tonsen går altså ferden vidare. Og motorsykkelen har han fortsatt. Snart blir Øyvind Remmen å se på sin motoriserte tohjuling langs veiene i det myke, bølgende landskapet øst for Oslofjorden.

Til sist vil han bare si: – **Gud held oss i si evige hand. Vi seier ikkje farvel. Vi seier på gjensyn!**

**Lillomarka Orienteringslag har gitt ut et kart som i tillegg til å være orienteringskart, også viser kulturminnene i denne delen av Osloomarka.**

# Kulturminnekart over Lillomarka



Steinar Eastwood i Lillomarka O-lag har god grunn til å være stolt av det nye kartet.

Foto: Anders Høilund

Kartet heter «Orienteringskart med kulturminner i Lillomarka». Det var tidligere verdensmester i ski-orientering, Vidar Benjaminsen, som kom på ideen.

### Brukt notater av kjent skogvokter

I mange år noterte skogvokter Håvard Pedersen hvor det lå kulturminner i terrenget. Det er rester etter kullmiler, det er hustufter, det er spor etter gruvedrift av mange slag, og det er rester etter gamle veier i marka.

På kartet er det også markert hvor det er funnet fangstgroper for elg. Disse kan være mange hundre år gamle. De gamle jegerne har også etterlatt seg buestillinger, steder de hadde forberedt for å ligge i skjul under jakt med pil og bue.

– Vi har brukt Håvard Pedersens notater, lest artikler fra Grorud historielag og fra Maridalens venner. Deretter har jeg markert stedene på kartet. Alt vi har kommet over, har vi fått med på kartet. Skulle det oppdages mer i årene framover, så får vi disse markeringene med på kartet i neste utgave, sier Steinar Eastwood i Lillomarka O-lag.

### Historiene bak kulturminnene

Det er det vanlige orienteringskartet over Lillomarka i 1:10000 som er grunnlaget for kulturminnekartet. I tillegg til at kulturminnene er markert på kartet får du historien bak kulturminnene, der det er en liten beskrivelse av hva du kan finne trykket på kartets bakside. Disse er skrevet av Håvard Pedersen.

– Vi vet at det er stor interesse for kulturminner. Dette kartet er trykt på vannbestandig papir. Derfor kan du godt ha med deg kartet ut på tur, selv om det skulle være vått i været. Vi har foreløpig trykket opp ett tusen kart, men blir vi utsolgt kan vi trykke opp flere, sier Eastwood.

Kartet kan foreløpig bestilles hos Lillomarka O-lag, e-post: [KART@lillomarka.no](mailto:KART@lillomarka.no). Det vil også bli lagt ut for salg på Linderudkollen og i andre markahytter, og etter hvert også hos lokale bokhandlere.

*Tekst: Anders Høilund, VårtOslo*





**I Norge har vi ikke noen erkebiskop. Lederen blant biskopene kalles preses. Men svenskene har erkebiskop. Fra 4. desember 2022 har det vært Martin Modéus. Men før dét skrev han boka «Bønnen som alltid er der», som Verbum forlag ga ut på norsk høsten 2022. Modéus henvender seg til dem som synes det er vanskelig å be, dem som ikke vet hva de skal si i en bønn og dem som lurere på om det egentlig spiller noen rolle om vi ber.**

# Bønnen er i oss alle

Tekst: Jon Andreas Hasle, Talefoten

Jeg har ikke lest boka ennå. Men Olav Egil Aunes anmeldelse i Vårt Land inneholdt så viktige poenger at jeg ikke klarer å vente med å formidle dem videre.

## En kort tanke til Gud

Gud bor i våre hjerter, alltid, skriver Aune. Og derfra handler Han. Han ber gjennom oss. Det er ikke menneskets anstrengelser som teller. Og sånn sett faller alle våre tanker om hvordan vi skal be, hvor vi skal be – og hvor ofte. En kort bønn direkte fra hjertet, eller bare et blikk mot Gud, holder for at vissheten om å stå i forbindelse med Ham skal komme til overflaten.

## Se deg om etter skaperen

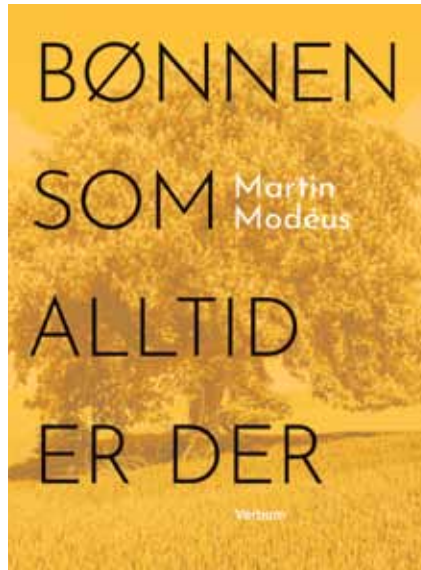
Hans poeng er: En streng bønnepraksis gjør vondt verre. Oppsøk torget med menneskemylderet, sett deg på en stubbe i skogen, se deg om, let etter skaperens stemme, som bor i alt. Det kan være bønn god nok. Sukket og gleden er god nok.

Modéus avviser ikke det vi kan kalle for tradisjonell bønn, ikke på noe vis, men han tar avstand når den gir oss krampe.

Gud er alltid nærværende – det er ikke noe jeg kan påvirke, enten jeg ber eller ikke ber. Modéus liker ikke ordet «tidsklemma». Har vi ikke tid, så har vi ikke tid. Gud ser det også, i nåde.

## Pusten er bønn

Vi ber hele tiden, mener Modéus, for pusten vår er bønn. Hver gang vi trekker pusten, får vi bøttesvar, for den grunnleggende bønnen i tilværelsen lyder: Gud, gi meg liv. Derfor får vi bøttesvar mange



ganger i minuttet. Vi puster, og pusten er Guds største under. Det er bønnen Gud gir meg og som jeg takker for. Ingen kan påstå at det å puste er en prestasjon, som

noen er flinkere til enn andre.

## Ikke noe vi finner på

Olav Egil Aune oppsummerer: - Bønn er ikke en aktivitet, man kan ikke øve seg i bønn. Bønnen er ikke noe vi finner på, den er allerede inne i oss.

- Ordet 'bønn' kan stenge – at bønn er noe de andre holder på med. Det er det ikke.

- Dette er en bok for den som ber, men også for den som nesten ber – og for den som begynner å ane at det faktisk er det du gjør.

Boka er oversatt av Ingvild Røsok. Forlaget opplyser at hvert av de nesten femti, korte kapitlene avsluttes med et par enkle spørsmål til refleksjon og en øvelse som kan gjøres alene eller i fellesskap. Pedagogisk, men kanskje litt inkonsekvent? Modéus mener jo at man ikke kan øve seg i bønn.



Foto: Pixabay

## Sommerkonsert Lys & Håp

**Tonsen kammerkor**  
Søndag 4. juni kl. 19:00 i Tonsen kirke

Velkommen til sommerkonsert med fokus på franske og italienske vakre sanger fra flere tidsaldere, i tillegg til velkjente norske sanger. Kanskje blir det en musikalsk overraskelse?

Billettpris kr 150  
Gratis for barn under 16 år

Tonsenbladet har intervjuet Astrid Petersson som er med i Vivo Brass som kornettist.



I 2022 feiret korpset 25-årsjubileum med konsert i Tonsen kirke. Foto: Akers Avis/Rolf E. Wulff

# «Vivo brass» skaper god stemning i nærmiljøet

Tekst Arne Østreng

Astrid Petersson opplyser at korpset ble startet i 1997 som et voksenkorps for Tonsenhagen skolekorps, både fordi det var foreldre til korpsebarn som hadde lyst til å begynne å spille, eller ta det



opp igjen. Imidlertid er korpset også for medlemmer i skolekorpset som har lyst til å fortsette etter at de er for gamle til å være med der, og for alle andre som har lyst til å spille sammen. Det var slik Astrid kom med i 2012.

## Jubileumskonserter

Vivo Brass har hatt flere jubileumskonserter, senest i 2022 i Tonsen kirke, da det feiret 25-årsjubileum. I flere år har korpset holdt konsert til inntekt for TV-aksjonen i Tonsen kirke.

## Tonsenhagen skole

Vivo Brass spiller ofte på sommeravslutningen på Tonsenhagen skole som del av underholdningen for klassene. Korpset pleier også å ha en vinterkonsert, gjerne

Foto: Privat

på Årvoll gård. Der har korpset flere ganger hatt samarbeid med Hasle Tut & Blæs, og har gjerne konsert sammen med andre korps. I mars i år skal Vivo Brass ha konsert i Nordberg kirke sammen med Sørums musikklag. Hvert år har korpset oppstartsseminar i Stavern, mest for å være litt sosiale ved semesterstart, men også for å blåse litt i hornene som kanskje har hatt like lang sommerferie som korpsets medlemmer.

## Tur til Tromsø

Astrid opplyser at noen av høydepunktene mens hun har vært med, er et par turer korpset har vært på. Koronaen satte stopper for tur til Polen i 2021, så turen i 2022 gikk til Tromsø. De hadde da to konserter i Ishavskatedralen for turister fra Hurtigruta, noe som var en stor opplevelse. Bildet under er fra Tromsø. Første turen Astrid var med på, var til Tallinn i 2017.

### Ny dirigent i 2022

Vivo Brass fikk ny dirigent, Dagfinn Grønneberg, høsten 2022, etter at korpsets mangeårige dirigent Jon Frode Berg flyttet fra Oslo. En annen som også må nevnes, er Wenche Bakken som har vært med i styret siden starten. Akkurat nå består korpset av 13 musikere (fire menn og ni kvinner) fordelt på fire kornetter, et flygelhorn, to althorn, en trombone, to tubaer, en baryton og to eufonium. Det er rom for mange flere på alle plasser.

### Ingen treflis å se ...

Korpset øver hver mandag på Tonsenhagen skole. Astrid opplyser at siden korpset er et brassband, er det bare mes-singinstrumenter, ikke en treflis å se ... Det viktigste for deltakerne er at det skal være morsomt å spille sammen. Noen er kanskje bedre enn andre på instrumentet sitt. I tillegg kan enkelte stå foran å være solister, godt hjulpet av de andre som

komper, slik at samspillet blir godt.

### Julemarked ved Isdammen

Det er ikke mulig å snakke om Vivo Brass uten å nevne korpsets årlige julemarked ved Isdammen. Andre lørdag i desember har korpset et utemarked der det selges hjemmelagde produkter, alle pengene går til å drive korpset. Noen baker julekaker, lager konfekt og annet godt, sylter, lager saft, snekrer, spikker, lager lys, strikker, hekler eller syr. Alt som selges der, er laget av medlemmene eller medlemmenes nærmeste.

Det er en av gangene i året korpset får kjempegod hjelp av et uvurderlig crew (det er ikke skrivefeil for crew), som hjelper til med å koke kaffe, lage kaker og steke sveler, griller pølser og lager pinnebrød. Uten dem, hadde julemarkedet vært mye fattigere.



Andre lørdag i desember har korpset et utemarked der det selges hjemmelagde produkter, og alle inntektene går til å drive korpset. Foto: Privat

## Påskens gudstjenester

Foto: Bo Mathisen

Du finner informasjon om påskens gudstjenester i kirkekalenderen på side 19. Velkommen til gudstjeneste på Skjærtorsdag, Langfredag, 1. og 2. påskedag i Tonsen kirke.

## Konfirmant 2024!



Foto: Von kommunikasjon

I løpet av våren vil det bli sendt ut invitasjon til konfirmasjon i Tonsen til alle medlemmer i aldersgruppen, men følg gjerne også med på [www.tonsenkirke.no](http://www.tonsenkirke.no).

Du kan også kontakte menighetskontoret på [post.tonsen.oslo@kirken.no](mailto:post.tonsen.oslo@kirken.no) Konfirmantåret starter i desember og avsluttes med konfirmasjon i september. Konfirmasjonsdatoene for 2024 er: Lørdag 14. september: Årvoll- og Vollebekk-elever Søndag 15. september: Andre skoler



Foto: Kåre Thoresen

## Utegudstjeneste ved Isdammen

Velkommen til gudstjeneste 4. juni kl 11:00 i forbindelse med «Skaperverkets dag». Tween Sing og Superkidz deltar. Ta gjerne med deg egen stol og niste. Om været er dårlig, tar vi gudstjenesten i kirken. Velkommen!

## Vil du syng?



Bli med i Tonsen kammerkor. Vi ønsker flere sangere, både damer og herrer. Kontakt dirigent Daniel Solyom, ds458@kirken.no. Eller stikk innom i øvelsene på tirsdager kl. 19.

## Ønsker du samtale eller forbønn?



Mari Wirgenes

Ta kontakt dersom du ønsker forbønn eller samtale om livet og troen. Du

kan kontakte kontoret på telefon 23 62 93 30, eller direkte med en av våre prester eller diakonen (kontakt-informasjon finner du på side 2).

## Påskefamiliegudstjeneste søndag 16. april kl 11:00

Velkommen til en gudstjeneste der vi oppsummerer påsken og deler ut bok til alle tre-åringene.



Foto: Bo Mathisen

VELKOMMEN TIL BABYSANG! Her kan du møte folk i ditt nærmiljø og bli kjent med Tonsen kirke. Gjennom sang, bevegelse og nærhet, kan du få knytte enda sterkere bånd med barnet ditt.

Vi møtes torsdager kl. 11 og kl. 12:30 i Store menighetssal, sideinngangen til Tonsen kirke. Etter en sangstund på ca 25 minutter er det servering av kaffe og te, og rom for å spise medbrakt matpakke. Tilbudet er gratis og er for foreldre med babyer (0-12 mnd) og det er bare å komme!

DATOER FRAM TIL SOMMEREN 2023: 16. mars, 23. mars, 30. mars, 13. april, 20. april, 27. april, 4. mai, 11. mai, 25. mai, 1. juni og 8. juni

Har du noen spørsmål, kontakt mg369@kirken.no  
Finn oss på facebook: Babysang i Tonsen



# BARNAS

## Finn 10 hovedsteder!

I rutenettet under har vi gjemt 10 forskjellige hovedsteder. Navnene står fra venstre mot høyre og nedover. Klarer du å finne alle sammen?

M	A	N	I	L	A	N	T
O	S	A	T	H	E	N	A
S	O	P	N	E	G	A	L
O	F	T	A	L	E	I	I
S	I	G	R	S	U	R	M
L	E	K	A	I	R	O	A
O	R	Ø	I	N	F	B	R
R	O	M	A	K	S	I	O
B	E	R	L	I	N	E	M
I	M	S	H	A	N	O	I

## Finn fem feil!

Her viser Jesus seg for disiplene etter at han døde og stod opp igjen. De to bildene er nesten helt like, men kan du finne fem feil på bildet til høyre? Tegning: Chiara Bertelli

Hva hadde vi kalt Noahs ark hvis den hadde vært en rutebåt?  
Svar: Ruteark

## Vitser

– Kelner! Er dette en vanlig tre-retters middag?  
– Ja, en kjøttkake, en potet og en ert.

– Jeg skal ha to kaffe uten fløte.  
– Vi har ikke fløte, så da må det bli uten melk.

Gje barnebladet Barnas til eit barn du er glad i!

Desse oppgåvene er henta frå bladet.

Bestill abonnement på [sondagsskolen.no](http://sondagsskolen.no) eller 22 08 71 00



Fargelegg!

Tegning: Chiara Bertelli



## For barn

### Babysang

Foto: Kirkerådet



er for babyer og foreldre i Tonsen kirke. Her får du muligheten til å bruke sang og musikk til å knytte bånd mellom deg og barnet ditt.

Samtidig treffer du andre barn og foreldre i ditt nærmiljø. Babysang er på torsdager og vil være i store menighetssal. Følg med på hjemmesiden til kirken for mer informasjon på <https://kirken.no/tonsen> og på facebook-gruppen «Babysang i Tonsen». For spørsmål, ta kontakt



med kateket Mats A. Garte: [mg369@kirken.no](mailto:mg369@kirken.no). Hjertelig velkommen til babysang!

### Superonsdag:

#### Kaos og Sang (KOS)

er treffsted for barnefamilier i Tonsen kirke, med middag og aktiviteter for barn fra 1-10 år annenhver onsdag kl. 17:00: 12. april, 26. april, 10. mai, 24. mai og 7. juni (Sommerkonsert). Følg med på Tonsen menighet sine nettsider for oppdatert info. Kontakt: [tonsensuperonsdag@gmail.com](mailto:tonsensuperonsdag@gmail.com)

### Superkidz

Superkidz er et kor for barn fra 1. til 4. klasse. Vi møtes i kirken hver onsdag, kl. 17.30-18.15. Her er sang og lek i fokus. Koret synger på noen av kirkens arrangementer for barn i løpet av året. Kontakt: [tonsensuperonsdag@gmail.com](mailto:tonsensuperonsdag@gmail.com)

### Tween Sing

Tween Sing er et tilbud for 5.-7. klasse. Liker du å synge, gjøre dramaleker og være kreativ? Da er Tween Sing noe for deg! Tween Sing møtes hver onsdag kl. 18.30-20.00 i Tonsen kirke (vi følger skoleruta). Kontakt: [tonsensuperonsdag@gmail.com](mailto:tonsensuperonsdag@gmail.com)



### Søndagsskolen

Fra 2-14 år. Frammøte i kirken kl. 11. Så går vi i samlet flokk ned i underetasjen. Datoer: 19. mars, 30. april og 14. mai.



### Speider – 7. Oslo Kanaljene

Vi holder til i kirkens underetasje hver tirsdag kl. 18-19.45. Kontakt:

Einar Iversen, tlf. 938 16 366. Nettside: [www.7oslo.no](http://www.7oslo.no)

### TonSing

er for deg mellom 13 og 19 år, som liker sang, dans, drama, band eller teknikk. Vi er en sosial gjeng som øver i Tonsen kirke hver torsdag kl. 18.30-21.00. Lurer du på noe?



Kontakt kontoret på tlf. 23 62 93 30 eller Mats A. Garte, [mg369@kirken.no](mailto:mg369@kirken.no)

## For voksne

### Tonsen kammerkor

Liker du å synge sanger i ulike sjangre? Da er du velkommen til koret. Vi øver tirsdager kl. 19.00 - 21.30. Lyst til å prøve?



Kontakt dirigent Daniel Solyom for informasjon, e-post: [ds458@kirken.no](mailto:ds458@kirken.no)

### Oslokoret

Kor på omtrent 100 engasjerte gutter og jenter (og kvinner og menn) i 20- og 30-årene som skaper seksstemt magi – både på øvelse, sosialt og når vi opptre.



Vi øver hver mandag i Tonsen kirke fra 18.30-20.45. Les mer på [www.oslokoret.no](http://www.oslokoret.no)

## Fellesskapsmåltid og keltisk kveldsbønn



For 50 kroner får du et enkelt suppemåltid kl. 17.00 i store menighetssal: **11. april, 9. mai, 6. juni og 5. september.** Samlingen

avsluttes med keltisk kveldsbønn i kirkerommet. Velkommen!

### Onsdagstreff

Et formiddagstreff for voksne i lille menighetssal annenhver onsdag kl. 11:30-13:30. Program, bevertning, andakt, sang og utlodning. Kontakt: diakon Ieva Folmo, tlf. 481 53 164, e-post: [if962@kirken.no](mailto:if962@kirken.no).

**22. mars:** «Det nytter – misjon anno 2023» ved Magne Mjærum.

**5. april:** Påsketreff

**26. april:** «Opplevelser og tanker etter opphold på Vestbredden». En fortelling med bilder ved Johan Irgens.

**10. mai:** «Å være favnet» – om selvbilde, gudsbilde og følelser. Et program v/ Birgitte Elin Bjørnstad.

**24. mai:** Besøk fra Lions Club Bjerke, med informasjon om deres arbeid.

**7. juni:** Allsang og fortellinger med Mari Wirgenes.

Første Onsdagstreff etter sommeren blir 30. august. Program kommer.



### Arbeidsgruppa for Tonsenmessa

Mellom kl. 11.00 og 14.00 samles vi i lille menighetssal. Du er hjertelig velkommen med eller uten strikkepinne og sytråd, tollekniv eller høvel. Vi koser oss også med en kopp kaffe. Ta med matpakke.

**Datoer: 19. april, 3. mai, 31. mai,**

**23. august og 6. september**

Sjekk gjerne ut menighetens nettside for mer informasjon: [www.tonsenkirke.no](http://www.tonsenkirke.no)

## Ofringer fra 20. november 2022 til 29. januar 2023

Lunden kloster .....	kr	9 854
Barnarbeidet i Tonsen ....	kr	3 806
Blå Kors .....	kr	5 860
Ungdomsarbeidet i Tonsen	kr	3 761
Misjonsprosjektet		
i Vietnam .....	kr	11 849
Kirkens Bymisjon .....	kr	46 345
Det Norske Misjonsselskap	kr	3 950
Menighetsarbeidet		
i Tonsen .....	kr	19 550
<hr/>		
I alt takkes det for.....	kr	106 875



**Vipps**  
din gave

Husk at du kan gi en gave med Vipps. Søk etter Tonsen kirke eller legg inn Vippsnummeret 13096. Skriv gjerne hva du ønsker å gi til. Takk for gaven!

Tonsenbladet utgis av Tonsen menighetsråd og deles ut gratis til alle husstander i menigheten fire ganger i året. Bladet er tilgjengelig på menighetens nettside; [www.kirken.no/tonsen](http://www.kirken.no/tonsen)

E-post: [post.tonsenbladet.oslo@kirken.no](mailto:post.tonsenbladet.oslo@kirken.no)

Bankgiro: 1503 08 60427

Redaksjonen: Heidi Einarsen Hagen, design (911 31 024), Arne Østreng (908 64 379), Jon Magne Vestøl (414 50 259), Gry Gotaas Fredum (23 62 93 32).

Ansvarlig: Menighetsrådet ved leder

Annonser: Kontakt menighetskontoret

Opplag: 9 000

Trykk: Andvord Grafisk

### Utgivelsesplan 2023

Nr.	Stoff-frist	Utgis
3/23	02.06	Uke 31
4/23	08.09	Uke 42

Redaksjonen hilser velkommen leserbrev og forslag til stoff. Kopiering av artikler er lovlig med kildeangivelse.

Det er kirkevalg 10. og 11. september 2023. Alle som er medlem i Den norske kirke kan stemme ved Kirkevalget. Her er din mulighet til å bruke din stemme for å skape fremtidens kirke.

# Rom for deg og din stemme



Foto: Kirkerådet

## Kort om kirkevalget 2023

- Demokratisk valg der en velger hvem som skal styre Den norske kirke de neste fire årene
- Det velges representanter til menighetsråd (lokalt), bispedømeråd (regionalt) og Kirkemøtet (nasjonalt)
- Kandidatene presenteres i neste nummer av Tonsenbladet
- Valget er 10. og 11. september
- På valgdagen kan du stemme i kirkevalget i nærheten av kommunevalget

- Du kan forhåndsstemme digitalt fra 10. august til 6. september
- Det er også mulig å forhåndsstemme fysisk den 31. august
- Den norske kirkes medlemmer, født i 2008 eller før, har stemmerett

Kunngjøringer relatert til valget lokalt kommer på nettsiden til Tonsen menighet: [www.kirken.no/tonsen](http://www.kirken.no/tonsen)

Om valget generelt kan du lese mer på: [www.kirken.no/valg/](http://www.kirken.no/valg/)



## Velkommen til Tongsings sommerkonsert

søndag 11. juni klokken 18:00  
i Tonsen kirke

Kom for å se og høre alt vi har jobbet med det siste året!

**Konserten er gratis**

## Tid for vårdugnad

Har du tid til å rydde litt rundt kirke vår, onsdag 19. april kl. 10:00? Kom og bli med. Vi ordner blomsterbed, plukker søppel, raker og ellers det som trengs for våren. Ta med niste. Vi setter frem kaffe og te. Velkommen!

## Levér gjerne lystumper til kirken for gjenbruk

Rester av stearinlys tas imot og kan leveres på menighetskontoret eller legges i en kasse i våpenhuset. Stearinlys-restene leveres videre til NMS og Knausen Lysstøperi for gjenbruk til nye håndlagde gjennomfargede stearinlys.

## Hjelp i sorgen?



Foto: Pexels

Den som sørger, opplever ofte at en blir alene med sin sorg. Det å kunne snakke med noen er en støtte på veien. Venner, familie og andre kontaktpersoner kan bli viktige støttespillere i sorgen.

Du kan gjerne ta kontakt med prest eller diakon, hvis du ønsker en samtale. Se kontaktinformasjon for kirkens ansatte på side 2.

Diakonen kan fortelle nærmere om tilbud om sorggrupper

Det er mange som gir trofast og regelmessig til menighetsarbeidet gjennom fast givertjeneste, og mange gir enkelt gaver.



Tonsen menighetsråd takker for alle små og store bidrag, slik at de forskjellige aktivitetene kan opprettholdes i menigheten. Foto: Norges Bank

# En stor takk for alle gavene gjennom året

Midlene som kommer inn i løpet av året, blir benyttet i aktiviteter for både yngre og eldre. De kommer svært godt med; Menigheten kunne ikke klart seg uten. Hjertelig takk!

### Mulighet for å trekke fra gaver på skatten

Myndighetene har sagt at gaver på over 500 kroner (samlet gjennom året og inntil 25.000 kroner for inntektsåret 2023 kan trekkes ifra giverens inntekt i det samme ligningsåret. Ordningen gjelder både for enkeltgaver og for faste givere.

### Giveren må selv ta initiativet

Det gjøres ved at man opplyser om sitt personnummer (11 siffer). Har man gjort dette en gang, videreføres dette til man selv tar kontakt igjen for eventuelt å gå ut av ordningen. Opplysninger om dette behandles konfidensielt. Menighetskontoret er ansvarlig for innrapporteringen til likningskontoret.

Ta gjerne kontakt med kontoret, hvis du lurar på noe Menighetens kontonummer for gaver er 1503.08.60443.

*Tonsen menighetsråd*

Superkidz & Tween Sing

Velkommen til semesteravslutning med konsert 7. juni kl. 18 i Tonsen kirke





## Din annonse her?

Hvorfor ikke annonser i Tonsenbladet? Kontakt menighetskontoret, telefon 23 62 93 30 for å få annonsepriser og annonseformater, eller send oss en e-post til [post.tonsen.oslo@kirken.no](mailto:post.tonsen.oslo@kirken.no)

Se vår rikholdige meny på: [dragensrestaurant.no](http://dragensrestaurant.no)



Ved Deichmanske bibliotek Bjerke ovenfor Bjerkebanen  
Tlf 22 63 00 26 / 968 28 798



**GRAVSTEIN24®**

Spar opp til 50% ved kjøp av gravstein på nett



Gravstein24 tilbyr også vedlikehold og oppussing.  
Stort utvalg av nye gravsteiner.  
Ring oss på tlf. 4000 2448  
[gravstein24.no](http://gravstein24.no)

 Ellingard  
Gruppen

- en del av

## Tonsenbladet trenger flere bladbærere

Tonsenbladet søker nye frivillige bladbærere for følgende rute:

- Refstadsvingen 9-23 og Refstadveien 100: 165 blader
- Anna Rogstads vei 2-22: 80 blader
- Rødbergveien 14-18 og 21-27: 90 blader

Tonsenbladet kommer ut 4 ganger i året. Bladbærerne kan velge mellom å få sine blader levert hjem eller selv hente de i kirken.

Har du mulighet til å ta en av disse rutene?

Ta kontakt med kontoret i Tonsen kirke, tlf. 23 62 93 30, eller på e-post: [post.tonsenbladet.oslo@kirken.no](mailto:post.tonsenbladet.oslo@kirken.no).



*Grefsen Blomsterhandel*

Velkommen til Grefsen Blomsterhandel. Gjennom Interflora leverer vi din blomsterhilsen over hele verden.

Hos Grefsen Blomsterhandel er det enkelt å bestille og vi sørger for at blomstene blir levert til rett tid og sted.

Grefsenveien 60  
Tlf: 22 22 88 17  
Hjemmeside: [www.grefsenblomsterhandel.no](http://www.grefsenblomsterhandel.no)  
Mail: [bestilling@grefsenblomsterhandel.no](mailto:bestilling@grefsenblomsterhandel.no)



Ledig plass i etablert samtalegruppe for **menn og kvinner 30-50 år**



Her kan du dele tap -  
sorg - livssmerte  
- selvfølelse -  
identitet -  
relasjonelle  
utfordringer

Oslo Hospital  
mandag  
17:30-19:00  
300 kroner  
pr gruppemøte

Gruppe-  
analytiker  
Ragnhild Tølhaug  
922 42 488  
[ragnhildtelhaug@  
yahoo.com](mailto:ragnhildtelhaug@yahoo.com)

**Ledig annonseplass**

Kontakt menighets-  
kontoret for annonse-  
priser

**Sjekk gjerne ut menighetens nettside for mer informasjon: [www.tonsenkirke.no](http://www.tonsenkirke.no)**

**Selskapslokale  
Øvre Disen velhus**  
Østreheimsveien 3B

Kjøkken til disposisjon  
Se bilder på  
[www.ovredisen.no](http://www.ovredisen.no)  
Bestilling:  
[utleie@ovredisen.no](mailto:utleie@ovredisen.no)


**Tonsenhagen  
Velhus**  
Selvbyggerveien 102 B  
*Møte- og selskapslokaler  
for de fleste behov.*  
Tlf. 22 65 81 69  
Tirs. og ons. kl 11–14.30  
Tirs. også kl 1800–2000


Nye og gamle pasienter ønskes velkommen!




Timebestilling  
**22 15 30 00**

**GREFSEN TANNLEGEPRAKSIS**  
Kjelsåsveien 7 - 0488 OSLO - Telefon: 22 15 30 00 - Telefaks: 22 15 29 00  
E-post: [post@tannlegepraksis.no](mailto:post@tannlegepraksis.no) - Internett: [www.tannlegepraksis.no](http://www.tannlegepraksis.no)

 **Livets gang**

Døpte 

Birk Johnsen Grave  
Alma Wigemyr Lofthaug  
Anna Egeland Hermansen  
Alma Lien Leikåsen  
Herman Hatteland Holberg  
Even Weie  
Hanna Constanse Brox Liland  
Conrad Winther Fotland  
Mikkel Sandanger Kyvik  
Astrid Sannes Kleiven  
Mio Boye Mikkelsen  
Chloe-Kayla Hågensen Baiga  
Matti Nikolaisen Gaarder  
Leah Haukelien Hande

Døde 

Astrid Johannessen  
Elin Myran Papadelis  
Astrid Helene Aas Edvartsen  
Christian Fredrik Lorange  
Solfrid Fosse  
Bjørn Johanna Simonsen  
Thomas Frede Ring  
Else Helene Grønlund  
Liv Birgit Hovden  
Harald Kristian Hartmark  
Aase Christiansen  
Reidun Brustad  
Gunvor Johanne Edel Hansen  
Bjørn-Kjell Odvar Hagen  
Gerd Oline Ler Möhring  
Ola Nasset  
Bjørn Ivar Aasgård  
Kjell Steinar Andersen

**Velkommen til dåp i Tonsen kirke**



Dåpen er et stort øyeblikk i livet, både for den som blir døpt, for familien og fadderne. Dåpen er Guds gave til oss, et synlig tegn på Guds kjærlighet, og at den dømte er en del av kirken.

Ta kontakt med en av prestene hvis du lurer mer på hva dåp er, og hvordan det kan legges til rette for dåp på en god måte for deg og barnet ditt. Avtale om dåp kan gjøres elektronisk via [minkirkeside.no/oslo](http://minkirkeside.no/oslo) eller direkte med Kirketorget på e- post: [kirketorget.oslo@kirken.no](mailto:kirketorget.oslo@kirken.no) eller telefon 23 62 90 09.



# Kirkekalender fra april til august 2023



## April

### Søndag 2. april kl 11

#### Palmesøndag

Gudstjeneste ved Maren Andrea Aasulvsen og Daniel Solyom  
Dåp. Nattverd.  
Prekentekest: Johannes 12, 12-24  
Offer til menighetens arbeid

### Torsdag 6. april kl 18

#### Skjærtorsdag

Kveldsgudstjeneste ved Øyvind Ådnøy Remmen og Daniel Solyom. Nattverd. Prekentekest: Matteus 26, 17-30  
Offer til menighetens arbeid

### Fredag 7. april kl 11

#### Langfredag

Pasjonsgudstjeneste ved Øyvind Ådnøy Remmen og Daniel Solyom. Lesning av pasjons-historien: Matteus 26,30- 27,50

### Søndag 9. april kl 11

#### Påskedag

Høytidsgudstjeneste ved Maria Paulsen Skjerdingsstad og Daniel Solyom . Dåp. Nattverd  
Prekentekest: Lukas 24,1-9  
Offer til menighetens arbeid

### Mandag 10. april kl 18

#### 2. påskedag

Kveldsgudstjeneste ved Maria Paulsen Skjerdingsstad og Daniel Solyom. Nattverd  
Prekentekest: Lukas 24,13-35

### Søndag 16. april kl 11

#### 2. søndag i påsketiden

Påskefamiliegudstjeneste ved Maren Andrea Aasulvsen og Daniel Solyom. Nattverd.  
Prekentekest: Johannes 21,1-14  
Offer til menighetens arbeid

### Søndag 23. april kl 11

#### 3. søndag i påsketiden

Avskjedsgudstjeneste for Øyvind Ådnøy Remmen  
Dåp. Nattverd. Kirkekaffe  
Prekentekest: Johannes 10,11-18  
Offer til Sjømannskirken

### Søndag 30. april kl 11

#### 4. søndag i påsketiden

Gudstjeneste ved Maren Andrea Aasulvsen  
Dåp. Nattverd. Søndagsskole.  
Kirkekaffe  
Prekentekest: Johannes 16,16-22  
Offer til menighetens arbeid

## Mai

### Søndag 7. mai kl 11

#### 5. søndag i påsketiden

Gudstjeneste ved Maria Paulsen Skjerdingsstad og Daniel Solyom  
Dåp. Nattverd. Kirkekaffe.  
Årsmøte etter Gudstjenesten  
Prekentekest: Johannes 15,1-8  
Offer til menighetens misjons-prosjekt

### Søndag 14. mai kl 11

#### 6. søndag i påsketiden

Dåp. Nattverd. Søndagsskole.

Kirkekaffe

Prekentekest: Lukas 18,1-8

Offer til menighetens arbeid

### Torsdag 18. mai kl 11

#### Kristi himmelfartsdag

Gudstjeneste ved Maria Paulsen Skjerdingsstad  
Dåp. Nattverd. Kirkekaffe  
Prekentekest: Markus 16,19-20  
Offer til Fransiskushjelpen

### Søndag 21. mai kl 11

#### Søndag før pinse

Gudstjeneste ved Maria Paulsen Skjerdingsstad  
Dåp. Nattverd. Kirkekaffe  
Prekentekest: Johannes 15,26-27  
Offer til menighetens arbeid

#### Pinsedag

### Søndag 28. mai kl 11

Høytidsgudstjeneste  
Dåp. Nattverd. Kirkekaffe  
Prekentekest: Johannes 20,19-23  
Offer til prestatjenesten i Bredtvet fengsel

### Mandag 29. mai

#### 2. pinsedag

Felles arrangement for Grorudalen prosti. Følg med på vår hjemmeside og facebook for tid og sted

## Juni

### Søndag 4. juni kl 11

#### Treenighetssøndag / Skaper- verkets dag

Utegudstjeneste ved Isdammen,  
Prekentekest: Matteus 28,16-20  
Offer til menighetens arbeid

### Søndag 11. juni kl 11

#### 2. søndag i treenighetstiden

Ung messe ved Maren Andrea Aasulvsen og Mats Alschohani Garte.

Konfirmanter og TonSing deltar  
Nattverd. Kirkekaffe  
Prekentekest: Matteus 3,11-12  
Offer til Norges KFUK-KFUM

### Søndag 18. juni kl 11

#### 3. søndag i treenighetstiden

Gudstjeneste  
Dåp. Nattverd. Kirkekaffe  
Prekentekest: Lukas 14,15-24  
Offer til Søndagsskolen i Norge

### Søndag 25. juni kl 11

#### 4. søndag i treenighetstiden

Gudstjeneste  
Dåp. Nattverd. Kirkekaffe  
Prekentekest: Markus 10,17-27  
Offer til menighetens arbeid

**Sommerens gudstjenester**  
– sjekk nettsiden til Tonsen menighet, facebook og i avisene.

## August

### Søndag 13. august kl 11

#### 11. søndag i treenighetstiden

Gudstjeneste  
Dåp. Nattverd.  
Prekentekest: Matteus 23,37-39  
Offer til menighetens arbeid

### Søndag 20. august kl 11

#### 12. søndag i treenighetstiden

Gudstjeneste  
Dåp. Nattverd. Kirkekaffe  
Prekentekest: Matteus 6,24-34  
Offer til Blå kors

### Søndag 27. august kl 11

#### 13. søndag i treenighetstiden

Helt førsteklasses familie-gudstjeneste  
Nattverd. Kirkekaffe  
Prekentekest: Matteus 25,14-30  
Offer til menighetens arbeid

Med forbehold om endringer. Oppdatert kirkekalender finner du på [www.tonsenkirke.no](http://www.tonsenkirke.no).



Velkommen til  
**Grønn dag**

Lørdag 6. mai kl. 11:00-14:30  
Tonsen kirke

**Program:**

- 11:00-14:30 Kafeen er åpen
- 11:00-14:30 Salg av stiklinger, avleggere o.a.
- 11:00-14:30 Lokale selger brukskunst, brukte gjenstander o.a.
- 11:00-14:30 Lotteri med bare spiselige gevinster
- 11:30 Barnekorene synger
- 12:00-13:00 Aktiviteter for barna

Hjertelig  
velkommen!



Har du lyst til å selge brukt, retro eller ting du lager selv?

Nå har du sjansen til å leie et bord på «Grønn dag» i Tonsen kirke.  
Pris kr 100 pr. bord. Vi leier ut 10 salgsbord – «først til mølla-prinsippet»  
Kontakt oss på [post.tonsen.oslo@kirken.no](mailto:post.tonsen.oslo@kirken.no) for å reservere et bord.