

# TONSEN BLADET



Lokalblad for Linderud, Lunden, Brobekk, Vollebekk, Risløkka, Økern, Refstad, Disen, Lofthus, Årvoll og Tonsenhagen  
Nr. 3. August 2015. 68. årgang

**Superonsdag**

Se side 8-9

**Kurskvelder** Se side 7

**Konfirmanter** Se side 12-13

**Musikk og mat** Se baksiden

**Busstur til Sørums** Se baksiden

**På besøk i Kakeriet** Se side 11

**FN-dagen markeres** Se baksiden

**Fra Tonsen menighet til Vietnam** Se side 16-17

**Blant pilegrimer og røvere i Groruddalen** Se side 6-7

**Kirkevalget 13.-14. sept.** Se side 3-5

**Salme 65,10:**

Du gjester jorden og lar den drikke dypt,  
du gjør den overdådig rik.  
Guds bekk er full av vann,  
du sørger for kornet,  
ja, slik sørger du for jorden.

*Bjerkedalen park er nominert til Oslo bys  
arkitekturpris 2015 i klassen for uteplasser.  
Se side 8.*

Foto: Sonja Thoresen

# Skjult nød

Ordet *nød* – hva forbinder du med det?

Noen vil svare at det er å ikke ha bolig når vinteren kommer. Andre viser til bildene som møter oss i nyhetene på tv. Nød er gjerne noe synlig, noe det er vondt å se.

Men i vårt samfunn er nøden oftere skjult, ukjent, til og med for nærmeste nabo. En innsats for å holde en viss stil utad sørger for at problemer ikke synes. Den som strever med sitt alkoholproblem, kan bruke mye energi på å holde en prikkfri standard i hjem og personlig hygiene. Slik unngår en nabos innsyn, sladder og fordømmelse. Den som er ensom, kan skjule seg bak egen dør. Mange skammer seg over sin ensomhet og sirkler rundt spørsmål som: "Hva er galt med meg?" En arbeidsløs kan kjenne på skam over ikke å være verdsatt som arbeidskraft. Like skjult er problemer i samliv og ekteskap – inntil bomben plutselig springer: "Vi skal skilles!" Folk rundt har ikke ant noe: "Ja, men dere ..." "Å, vi har hatt det vanskelig i lang tid." Selv de nærmeste vet ingenting.

Under fire øyne kan det komme utsagn som: "Alle andre greier seg så mye bedre enn meg. De ville ha taklet dette. Det er nok bare jeg som strever. Jeg er så flau over ikke å klare å håndtere det." Frykten for ikke å strekke til, å tape ansikt eller å bli avvist om noen skulle få vite hvordan jeg egentlig har det, kan være vanskeligere enn det som var problemet i utgangspunktet.

Barna i familier som strever, tar del i hemmeligholdelsen. Ingen må vite om mor eller far drikker, eller om en søster eller bror forsøkte å ta livet av seg. Eller om noen utsettes for overgrep eller vold. Barna lærer seg å håndtere sorte hemmeligheter. Noe er det tabu å snakke om. Deres lojalitet til familien er uendelig stor. Ikke sjelden forsterket med trusler: "Dersom du sier ... så er du skyld i

at far kommer i fengsel".

Vonde følelser gjemmes langt ned i magen, og blir værende som en verkebyll i sjelen.

Slike sår kan ikke tiden lege.

Sorte hemmeligheter og skam trenger lys for å leges. Det gjelder både barn og voksne.

Når sorte hemmeligheter blir værende i mørket, vokser ensomheten. Utryggheten ligger stadig på lur: "Hvis de bare hadde visst, så hadde de avvist meg."

Veldig mye nød kan avhjelpes dersom det finnes rom for å si det som det er. Hvis man vet om ører som tåler å høre sannheten, kan problemer løses før de får anledning til å vokse seg store. Å sette ord på det som gjør vondt, er å slippe lyset til og sørge for at utfordringer kan møtes. Kanskje er en nabo, en venn eller kollega det medmennesket som det går an å snakke med når livet blir vanskelig. Noen ganger er det godt å snakke med en som har taushetsplikt, noen ganger trengs en med fagutdanning for å se på problemet. Oftest finner den som har problemet, en løsning selv, når bare noen er villig til å lytte mens en setter ord på det som er vanskelig.

Det viser seg at ting kan ta en ny og mer konstruktiv vending når den skjulte nøden blir den erkjente nøden, når de tause erfaringene blir erfaringer som kan beskrives med ord.



**Mari Wirgenes**



## 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](http://www.tonsenkirke.no)

**Bankgiro:** 1503.08.60427

**Sentralbord for kirken i Oslo:** 23 62 90 00

### Stab:

**Sokneprest** Mari Wirgenes

E-post: mw378@kirken.no

Tlf. kontor: 23 62 93 35, priv.: 481 56 050

**Kapellan** Øystein Solberg Mathisen

E-post: om324@kirken.no

Tlf. kontor: 23 62 93 34, priv.: 901 05 171

**Kapellan og prosjektarbeider**

Øyvind Ådnøy Remmen

E-post: or986@kirken.no

Tlf. kontor: 23 62 93 36, priv.: 916 13 409

**Diakon** Ieva Folmo

E-post: if962@kirken.no

Tlf. kontor: 23 62 93 38, priv.: 481 53 164

**Kateketvikar** Knut-Helge Fjeldstad

E-post: kf398@kirken.no

Tlf. kontor: 23 62 93 37

**Menighetsforvalter** Gry Gotaas Fredum

E-post: gf887@kirken.no

Tlf. kontor: 23 62 93 32, priv.: 22 23 72 70

**Kantor** (70 % stilling) Anders Fjeld Meyer

E-post: am648@kirken.no

Tlf. 994 64 657

**Menighetssekretær** (70 % stilling)

Gunhild Ettestøl

E-post: ge655@kirken.no

Tlf. kontor: 23 62 93 33, priv.: 22 64 50 77

**Trosopplæringsmedarbeider** (50 % stilling)

Jonas Kilmork Vemøy

E-post: jv479@kirken.no

Tlf. kontor: 23 62 93 37

**Trosopplæringsmedarbeider** (50 % stilling)

Marthe Haaland Wang

E-post: mw769@kirken.no

Tlf. kontor: 23 62 93 40

**Barnekoordinator** (10 % stilling)

Tone Siv Keiserås Kronberg

E-post: tonsensuperonsdag@gmail.com

### Annet:

**Menighetsrådet:**

Torunn E. Silva, leder. Tlf. 971 88 726

E-post: torunnsilva@hotmail.com

**Givertjenesten:**

Bankgiro: 1503.08.60443

**Økernbråten barnehage:**

Martin Borrebekken sv. 23, 0584 Oslo

Tlf. 22 64 29 10

E-post: okernbraaten.bhg@hotmail.com

# Hvorfor stemme i Kirkevalget 2015

13.–14. september 2015 er det kirkevalg. Både menighetsråd og bispedømmeråd skal velges. Her er tre gode grunner til å stemme.

## 1. Dette er din mulighet til å påvirke kirkens holdning i viktige spørsmål

Rådene skal blant annet jobbe med disse spørsmålene i valgperioden 2015–2019:

- Skal kirken tilby vigsel av likekjønnede par?
- Hva skjer etter skillet mellom stat og kirke?
- Hvem bør bli kirkens neste biskop?
- Hva skal kirken mene om politiske spørsmål?
- Hvilke menigheter skal slås sammen?

Med din stemmeseddel kan du være med å påvirke hvilke kandidater som kommer inn, og dermed får stemmerett, i rådene. Slik kan du si din mening i de store spørsmålene du er opptatt av.

## 2. Gi rådene støtte og et solid mandat

Hvis mange stemmer i kirkevalget, vil rådene få en større legitimitet og et bedre grunnlag for å bli hørt og tatt på alvor. Gjennom å stemme, kan du dessuten vise at du setter pris på innsatsen og engasjementet til kandidatene.

## 3. Det er enkelt å stemme

Valglokale er i umiddelbar tilknytning til valglokale som brukes i kommunevalg. Det vil også være mulig å forhåndsstemme. Mer informasjon om dette står på valgkortet som medlemmer av den norske kirke skal ha mottatt i begynnelsen av august.

I dette bladet kan du lese om de flotte kandidatene som stiller til valg til menighetsrådet i Tonsen. Støtt deres kandidatur. Bruk stemmeretten din 13 og 14. september! Godt valg.

**Torunn Silva, leder av valgkomiteen og avtroppende menighetsråd**

## Valgting:

- Tonsenhagen skole
- Refstad skole
- Disen skole (de som har Skeidhuset som stemmested i kommunevalget må til Disen skole)
- Årvoll skole
- Linderud skole

Søndag 13. september kl. 13.00–18.00  
Mandag 14. september kl. 09.00–21.00

## Forhåndsstemming:

På menighetskontoret kl. 10–14 følgende datoer:  
11.–14., 18.–21. og 25.–28. august  
1.–4. og 8.–11. september

## Frykt ikke!

*Vær ikke redde for dem som dreper kroppen, men ikke kan drepe sjelen. Frykt heller ham som kan ødelegge både sjel og kropp i helvete. Selges ikke to spurver for en skilling? Og ikke én av dem faller til jorden uten at deres Far er der. Ja, hvert hårstrå dere har på hodet, er talt. Så vær ikke redde! Dere er mer verd enn mange spurver.*

Matteus 10.28–31

Vær ikke redde, sier Jesus. Det er ofte lettere sagt enn gjort. For er man redd for noe, ja, så er man redd for noe. Og frykten slipper ikke selv om noen forteller at jeg ikke skal være redd.

Når vi som voksne forteller barn at det ikke er noe å være redde for når for det er mørkt, eller når de ser en stor hund eller får sitt første myggestikk, så er det fordi vi har en oversikt som ikke de har. Vi vet at verden ikke går under, selv om det kan være trasig og skummelt.

Det er helt klart mye man kan være redd for i dette livet. Noen er redd for livet og noen er redd for døden. Bare du vet kanskje hva du er mest redd for, eller om du er redd for noe i det hele tatt. Men det er i alle fall veldig menneskelig å være redd for forskjellige ting. Av og til er det til og med sunt, fordi det er en innebygd forsvarsmekanisme i oss når vi kjenner på fare, at vi blir redde.

Men like fullt så sier Jesus til oss: Vær ikke redde.

Grunnen til at Jesus sier “Ikke vær redde” er ikke bare at han vil være grei og komme med noen trøstens ord.

Det er fordi han har den store oversikten. Han vet at dette livet ikke slutter her på jorda. Det har han også vist oss gjennom sin egen død og oppstandelse. Dermed kan han si at vi ikke skal frykte de som bare kan drepe kroppen, men ikke skade sjelen.

Bare Gud skal vi frykte, sier han. For Gud er den som har makt til å dømme levende og døde. Han ønsker å ta oss på fanget og stryke oss over hodet, og si vær ikke redde. For Gud er som en god far eller som en kjærlig mor, som elsker oss som sine barn.

Når vi sier til barna “vær ikke redde”, så er det fordi vi vet at vi vil være der og beskytte dem, og gi dem trygghet. De kan puste ut og kjenne seg trygge, og vite at de er omsluttet i kjærlighet. Sånn er det også for den som tror. Vi har en far som sier til oss, at uansett hva som skjer i dette livet, “jeg er med dere alle dager, inntil verdens ende.” Dere skal ikke frykte for noe.

## Ingen er så trygg i fare

*Ingen er så trygg i fare som Guds lille barneskare, fuglen ei i skjul bak løvet, stjernen ei høyt over støvet.*

*Herren selv vil sine berge. Han er deres skjold og verge. Over dem han seg forbarmer, bærer dem på faderarmer.*

*Ingen nød og ingen lykke skal av Herrens hånd dem rykke. Han, den beste venn blant venner, sine barns bekymring kjenner.*

*Våre hodehår han teller, hver en tåre som vi feller. Han oss føder og oss kleder, mitt i sorgen han oss gleder.*

*Gled deg da, du lille skare! Jakobs Gud skal deg bevare. For hans allmacts ord må alle fiender til jorden falle.*

*Hva han tar, og hva han giver, samme Fader han forbliver, og hans mål er dette ene: Barnets sanne vel alene.*

Lina Sandell

# Kandidater til menighetsrådet i

## Anne Westermoen

**Født:** 1968

**Adresse:** Årrund-  
veien 22

**Stilling:** Syke-  
pleierkonsulent i  
bydel Grorud.

**Yrke/utdan-  
ning:** Psykiatrisk  
sykepleier

ved bosenter og dagrehabilitering  
1995–2010.

**Relevante erfaringer:** Studentarbeid  
i Belgia for NKSS 1994–1995. Arbeid  
med cellegrupper i Misjonskirken DEF  
2001–2005. Valgkomiteen i Nøkle-  
vann ro- og padlekubb 2003–2007.  
Menighetsrådet i Tonsen menighet  
2011–2015.

**Satsningsområder:** Menigheten som  
felleskap i alle livsfaser. Menigheten  
og lokalmiljøet. Den verdensvide  
kirke.



## Torstein Winger

**Født:** 1955

**Adresse:** Anna  
Rogstads vei 12

**Stilling:** Pedago-  
gisk-psykologisk  
rådgiver/psykolog  
fra 1992.

**Yrke/utdanning:**  
Cand. Psychol.,

Universitetet i Oslo 1986–1992.

**Relevante erfaringer:** Leder av  
Bjerke bydelsutvalg 2004–2011.  
Medlem av Bjerke bydelsutvalg  
fra 2012. Leder av foreningen Aker  
Sykehus Venner 2007–2015 (fortsatt  
i styret). Hovedtillitsvalgt for Norsk  
Psykologforening/Oslo kommune  
fra 2014. Leder av foreningen Bjerke  
biblioteks venner.

**Satsningsområder:** Gode fritidstilbud  
til barn – og unge. Demensomsorg og  
generell eldreomsorg. Bistand til men-  
nesker med psykiske lidelser. Hjelp til  
mennesker med rusproblemer. Kul-  
turaktiviteter. Legge til rette for felles  
samtaler om eksistensielle spørsmål  
med utgangspunkt i Bibelen, hellige  
skrifter og filosofi. Felles aktivitetstil-  
bud for mennesker med mangelfullt  
sosialt nettverk. Flerkulturell dialog.



## Anne Kristine Norum

**Født:** 1967

**Adresse:** Sophus  
Aars vei 17

**Stilling:** Lærer  
fra 1995.

**Yrke/utdan-  
ning:** Cand.

mag. med norsk,  
psykologi, sam-  
funnsfag og pedagogikk 1986–1995.

Lærer ved Nordtvet skole avdeling  
for spesialundervisning 1995–1998.  
Lærer ved Engebråten skole fra 1998.  
Akan-etatskontakt i Utdanningsetaten  
i Oslo kommune fra 2012.

**Relevante erfaringer:** Hovedver-  
neombud ved Engebråten skole  
2004–2006. Arbeidsplassstillitsvalgt  
ved Engebråten skole 2006–2010.  
Medlem seksjonsstyre grunnskole  
i Utdanningsforbundet Oslo  
2008–2010. Varamedlem av fylkes-  
styret til Utdanningsforbundet Oslo  
2012–2015.

**Satsningsområder:** Menigheten  
som organisasjon. Gudstjenesten som  
kulturarena.



## Tore Halvorsen

**Født:** 1951

**Adresse:**  
Lunden 40

**Stilling:** Ordre-  
sjef AFH fra  
2005.

**Yrke/utdan-  
ning:** Kjemi-  
linjen/laborant  
1967–1968. Offset-lærling hos

Fabritius 1971–1974. Mesterbrevet  
1975–1976. Div. økonomiske kurs.

**Relevante erfaringer:** Produktsjef  
for helseprodukter (Rich. Andvord  
AS) 1975–1986. Distriktsjef (Metsä  
Tissue AS) 1986–1991. Leder av  
AFH/Metsä Tissue AS 1991–2001.  
Skandinavisk koordinator mellom  
salgsenhetene og produksjon  
2001–2004. Ordresjef + 3 år med  
resultatoppfølging Norge/Danmark  
siden 2005.

**Satsningsområder:** Koordinering og  
samvirkning mellom avdelingene i  
kirken.



# Kirkevalget 2015

## Monica Helen Drage

**Født:** 1971

**Adresse:** Disen-  
veien 9

**Stilling:** Lærer i  
grunnskolen siden  
1996.

**Yrke/utdanning:**  
Cand.mag ved NTNU

med grunnfag i  
nordisk og samfunnskunnskap, mellomfag  
i kristendomskunnskap, og ped.sem.  
1990–1995. Skal starte på erfaringsbasert  
master i RLE ved Menighetsfakultetet fra  
høsten 2015.

**Relevante erfaringer:** Tillitsvalgt  
for Lærerforbundet på Bjøråsen skole  
2000–2001.

**Satsningsområder:** For meg er det svært  
viktig at alle føler seg velkommen i kirken,  
uansett alder, sivilstatus eller “bagasje”.  
Alle er like verdifulle. Det er viktig at vi  
SER alle, og ikke bare de vi kjenner eller  
føler oss “like”. Det må være rom for alle.  
Tid og ro for bønn, og at de som ønsker,  
skal få lov til å bidra på sin måte. Kirken  
er til for alle!



## Inger Marie Astad

**Født:** 1945

**Adresse:** Linderud-  
veien 26

**Stilling:** Pensjonist  
fra 2011.

**Yrke/utdanning:**  
Sykepleier, helsesøs-  
ter og lederutdanning.

**Relevante erfaringer:** Sykepleier, spesialsykepleier og leder  
i statlig og kommunal sektor 1969–2011.  
Frivillig innen idrett, Lions og Eldreråd.

**Satsningsområder:** Ønsker en varm, bred  
og tolerant folkekirke, hvor alle kan føle  
tilhørighet. Stor aktivitet innen områdene  
barn, unge og eldre.



# Tonsen 2015–2019



## DEN NORSKE KIRKE

### Amanda Erica Gytrup

**Født:** 1997

**Adresse:**

Othilie Tonnings vei 10

**Stilling:**

Skoleelev.

**Yrke/utdanning:** Elev ved Nydalen

Videregående Skole (studiespesialisering) 2013–2016.

**Relevante erfaringer:** Elevrådsrepresentant 2013–2014. Nestleder i Tonsen Ten Sing-styret 2014–2015. Medlemsansvarlig i Tonsen Ten Sing-styret 2014–2015.

**Satsningsområder:** Ungdomsarbeid. Miljø, og en forent kirke.



### Jon-Petter Hagen

**Født:** 1958

**Adresse:**

Anna Rogstadsvei 41A

**Stilling:**

Husholdstjener fra 2002.

**Yrke/utdanning:** Videregående (eksamen artium) 1998.

**Relevante erfaringer:** Tillitsvalgt på arbeidsplassen fra 2014. Aktiv i Tonsen menighet fra 1998. Medlem av utvalg for internasjonal kontakt (misjonsutvalget) fra 2001. Medlem av Tonsen Y's Men's Club fra 2004. Medliturg fra 2014.

**Satsningsområder:** Internasjonal kontakt. Menighetens misjonsprosjekt. Y's Men's-bevegelsen. Fellesskapsmåltidene.



### Helge Kjølborg

**Født:** 1950

**Adresse:** Johan Sverdrups vei 26B

**Stilling:** Pensjonist fra 2012.

**Yrke/utdanning:** Reprintteknikker (trykkeri) og reklameskole (Westerdahl). Grafisk designer i Allers (ukeblad) 1978–1980, Santalmisjonen 1980–1984, Kampanje (fagtidsskrift) 1986–1997, Hvarings Tekstsenter 1997–2000, Lunde Forlag 2000–2010 og frilanser fra 2010.

**Relevante erfaringer:** Østre Aker menighet: Bl.a. søndagsskole, menighetsblad, menighetsråd, bibelgruppe. **Satsningsområder:** Misjon (Normisjon). Trosopplæring (for voksne). Informasjonsarbeid (menighetsblad).



### Nils Ola Sande

**Født:** 1973

**Adresse:** Årvollveien 66C

**Stilling:** Klinisk sosionom og familierapeut, Barne- og ungdomspsykiatrien fra 2008.

**Yrke/utdanning:** Barnevernkonsulent (Grønland politistasjon) 2003–2008. Barnevernkonsulent (Klemetsrud barneverntjeneste) 1999–2003. Tilrettelegger, arbeid med bistand (Prima AS) 1998–1999. Videreutdanning i barn og unges psykiske helse (RBUP sør og øst) deltid 2008–2011. Sosionomutdanning (Høgskolen i Sør-Trøndelag) 1995–1998.

**Relevante erfaringer:** Gruppeleder på Alpha-kurs i Storsalen menighet, oslo ca. 2003–ca. 2005. Diverse verv i fagforeningen Fellesorganisasjonen, FO (for barnevernpedagoger, vernepleiere og sosionomer) 1999–2015. Klassekontakt på Tonsenhagen skole.

**Satsningsområder:** Treffsteder for barn og unge i kirken, hvordan nå ut til de som bare er innom kirka i forbindelse med dåp, konfirmasjon m.m. Bruke mer variert musikk i gudstjenestene der de musikalske ressurspersonene kan få utfolde seg.



### Ingvild Nordberg Iversen

**Født:** 1973.

**Adresse:** Selvbyggerveien 199.

**Stilling:** Økonomi og adm. i Eurostar AS fra 2008.

**Yrke/utdanning:** Kontormedarbeider (Misjonsalliansen) fra 1997. Økonomikonsulent (Misjonsalliansen) til 2008.

**Relevante erfaringer:** Varamedlem Tonsen menighetsråd. Skårer menighetsråd. Speiderleder.



### Elisabeth Lunde Seland

**Født:** 1965

**Adresse:** Rødbergveien 124A

**Stilling:** Helsesøster, bydel Alna fra 1997.

**Yrke/utdanning:** Sykepleierutdanning (Menighetssøsterhjemmet) 1985–1988. Jobbet 7 år som sykepleier (geriatrisk rehab.avd, barneavd.)

Diakonihøgskolen (deltid) 1989–1991. Helse- og sosialadm. (deltid) 1991–1994.

Helsesøsterutdanning 1995–1996.

**Relevante erfaringer:** Aktiv i Storsalen menighet i ca. 15 år i ulike tjenestegrupper 1985–2000. Medlem i Tonsen kammerkor siden høsten 2002, styremedlem/kasserer der siden 2006. 2. vara i menighetsrådet fra 2009, representant i diakoniutvalg og kirkekafeegruppe.

**Satsningsområder:** Trosopplæring – at menigheten tilbyr en systematisk og sammenhengende trosopplæring i samsvar med trosopplæringsplanen, og gjennom dette skaper inkluderende fellesskap for både barn, ungdom og voksne. Diakoni – ønsker at diakonien er en dimensjon som gjennomsyrrer alt arbeidet i menigheten. Videreføre det gode arbeidet som drives, jobbe for å tilfredsstille krav til å være “grønn menighet”.



### Når det gjelder

## kandidater til Oslo bispedømmeråd

så har Tonsenbladet dessverre ikke plass til presentasjon av kandidatene. Vi henviser i stedet til materiell som velgerne får i posten og internettsidene [www.kirkevalget.no](http://www.kirkevalget.no) og [www.kirken.no/oslo](http://www.kirken.no/oslo)

# Blant pilegrimer og røvere i Eventyrlig historievandring med sjetteklassinger



Vi møter den mystiske pilegrimen

Av Jon Magne Vestøl

Det er en solvarm aprildag i 2015. Aller øverst oppe i Groruddalen, ved stien opp mot Gjelleråsen, står to skoleklasser fra Tonsenhagen skole dørgende stille. Foran dem på en fjellknaus sitter det en skikkelse innhyllet i en kappe. Bare en hånd stikker ut, fast lukket omkring en stav, og viser at det er et menneske som skjuler seg bak det gråbrune, grove stoffet. En svak kvinnestemme høres, og den som lytter godt, vil gjenkjenne ordene fra et engelsk fadervår. Brått reiser skikkelsen seg og slår hetten tilbake fra hodet. Foran oss står en vaskeekte pilegrim fra middelalderen. Hun er på vandring mot Nidaros og inviterer oss til å bli med på vandringen, gjerne helt fram, men om det ikke passer, kan vi få følge med et lite stykke.

Vi er på vandring sammen med to skoleklasser med sine lærere og fortelleren Per Jostein Aarsand. I tillegg er vi

et par medvandrere, Anne Berit, som er prest i Grorud, og mor til en av elevene, og jeg som er skribent fra Tonsenbladet. I løpet av vandringen møter vi også fortelleren Georgiana Keable, utkledd som pilegrim. Vi følger en eldgammel vei oppover åsen fra Stovner. Elevene har allerede lært at denne veien har fire ulike navn: Oldtidsveien, Pilegrimsleden, Kongeveien og Trondhjemsveien. Her har folk ferdes i tusener av år, pilegrimer med stav i hånd, bønder med kyr, handelsmenn med varer og, ikke minst, sterke krigerske kongsmenn til hest.

På vår vandring denne formiddagen møter vi verken bønder eller kongsmenn. Men vi møter altså en pilegrim som forteller oss sin dramatiske historie om hvordan hun var blitt anklaget for å være heks i England, og fikk valget mellom å bli brent på bålet eller legge ut på pilegrimsvandring i sju år. Hun har vandret til Santiago de Compostela i vest, til Roma i sør, til den hellige byen Jerusalem i øst og er nå på vei mot det nordlige pilegrimsålet, Nidaros og graven til helgenkongen Olav.

Olav får vi høre mer om når vi raster på den grønne sletten øverst på Gjelleråsen. Per Jostein tar oss da med gjennom Olavs liv fra han var barnekriger og viking i England til han døde på Stiklestad og ble sett på som en hellig mann. Men før vi får del i denne dramatiske historien, har vi opplevd å bli stanset av røverhøvdingen Stovnerkongen og blitt nødt til å gjette gåter for å få lov til å passere. Og vi har hørt spennende historier fra krigen ved minnesmerket over motstandsbevegelsen Milorg. Men vi har også fått innsyn i

pilegrimstradisjoner fra andre religioner, for eksempel at muslimene drar til hellige steder som Mekka og Jerusalem.

Vi som er medvandrere, koser oss stort sammen med elevene i solvarmen og den friske vårlufta. Anne Berit og Per Jostein forteller at det er mange skoleklasser som får nytte godt av dette historietilbudet. I hele 23 dager går fortellerne med elever, til sammen 1200–1300. Bak dette tilbudet står det flere aktører, Fortellerhuset og kirkene i Østre Aker har samarbeidet og fått penger fra blant annet Den kulturelle skolesekken. For meg er det ekstra stas at forteller Per Jostein bor på Årvoll, og at vi denne dagen får gå sammen med elever fra Tonsenhagen skole.

Underveis prater jeg med flere av elevene som forteller hva de synes om denne vandringen. Johannes forteller at de har sett film på forhånd og fått informasjon om turen, og at han synes det var kult med Stovnerkongen og skjønte de gåtene de måtte gjette. Anna forteller at hun har lært om hvordan det var å være pilegrim, hvor pilegrimene dro, og hva de hadde med. Og så synes hun det er flott å være ute i så fint vær. Leo synes fortellingen om krigen og Milorg var interessant, særlig en historie om en granat som eksploderte. Og Matilde forteller at hun har vunnet en sjokoladegullmynt. Det har seg slik at veien vi følger, er merket med pilegrimsmerker, og underveis har det vært en konkurranse om å være raskest framme når et nytt merke dukker opp, og til den kjappeste spurteren vanker det da en gullmynt i premie.

Etter rast og litt spontane aktiviteter er det tid for vandringen tilbake.

Pilegrimen ( Georgiana Keable) forteller



Per Jostein Aarsand forteller om Olav den Hellige



# Groruddalen

## fra Tonsenhagen skole

Elevene får to utfordringer som skal gi dem en liten smak av det å være pilegrim. Første del av tilbaketuren blir de utfordret til å gå barbert. Det blir mye rop og skrik når de bare føttene trækker på ujevnt underlag. Siste del av turen skal de derfor prøve å gå i taushet, uten å si et ord. Innsatsen er imponerende, og mange av elevene oppfyller disse prøvene med glans. Til slutt samles alle og legger fra seg hver sin stein som de plukket opp tidlig på vandringen. Det er ønskesteiner som de har knyttet personlige håp og

forventninger til og som forhåpentlig går i oppfyllelse.

Det har vært en eventyrlig tur på mange måter, selv om fortellingene vi har fått høre, stort sett har rot i virkeligheten. Vi har fått vandre både i rom og tid og sett at Groruddalen rommer langt mer enn biltrafikk, industribygg og boligblokker. Som elevene selv sier det, når de mot slutten blir spurt om hvorfor man går pilegrim: Det er opplevelse, det gir ettertanke, kanskje en slags indre renselse. Og ikke minst: det er veldig sunt.



Elevene Leo, Matilde og Anna ved pilegrimsmerket på toppen av Gjelleråsen



Nakne føtter på pilegrimsstien



Stovnerkongen stanser oss

## Bli kjent med keltisk spiritualitet og fromhetstradisjon gjennom 3 kurskvelder i oktober

Mange i menigheten har fått en smakebit på keltiske sanger og bønner, gjennom salmer, gudstjenester og deltakelse i "Felleskapsmåltidet" med keltisk kveldsbønn".

En av de mest kjente salmene fra denne tradisjonen er "Deg å få skode er sæla å nå" med irsk folketone og tekst fra 700-tallet.

Keltisk fromhetstradisjon er blitt gjenoppdaget, mye utfra nye sanger og salmer som f.eks. fra sanghefte "Sanger fra vest". Når vi henter fram disse gamle tekstene, oppdager vi fort at dette er tekster som kan være til inspirasjon og livshjelp, selv i vårt moderne samfunn. De keltiske kristne var opptatt av Guds nærværet i skaperverket. Alle livets ulike faser ble omfattet av bønner og liturgier.

Naturen og Bibelen var like viktige i hverdagslivet, og livet ble sett på som en reise.

Nå i høst arrangerer menigheten 3 kurskvelder med fokus på denne tradisjonen. Kurset ledes av Sven Aasmundtveit, som blant annet har oversatt flere keltiske sanger til norsk. Han har også ledet flere pilegrimsvandringer til den hellige øya Lindisfarne.

**Kurskveld 1:** Hva er keltisk kristendom? (Ut fra historien og teologien)

**Kurskveld 2:** Hvordan omsette den keltiske tradisjonen til aktuelt liv? (Med utgangspunkt i de 10 veimerkene til Community of Aida & Hilda)



**Kurskveld 3:** Sang, musikk og liturgi i keltisk tradisjon. Her synger og snakker vi om sangene – de bærer mye av spiritualiteten i seg.

Kurskveldene er 5., 12. og 19. oktober, og begynner kl. 19. Det vil bli enkel servering.

Kurset koster 150 kroner, og det er påmelding til menighetskontoret ved Gunhild Ettestøl (ge655@kirken.no) innen 1. oktober.



Tween Sing og Superkidz sang under utegudstjenesten i Bjerkedalen 31. mai.

Foto: Hans Olav Evje

## Bjerkedalen – et prisverdig område

Ved Sonja Thoresen

**Bjerkedalen park er nominert til Oslo bys arkitekturpris 2015 i klassen for uteplasser**

En stor artikkel i Aftenposten 23. mai i år presenterer de ulike bygningene og plassene som er nominerte i konkurransen om prisen, og ekstra hyggelig er det for oss i Tonsen menighet å se at Bjerkedalen park er med som kandidat sammen med fire andre uteområder i Oslo.

**En god kandidat blant fem uteområder**

Bjerkedalen er blitt oppgradert til park ved hjelp av de såkalte Groruddal-

midlene, og etter flere år med anleggsarbeid er nå uteområdene ferdige til bruk. Det er landskapsarkitektene Steen og Lund med Dronninga Landskap som står bak utformingen.

– I år er det 42 påmeldte forslag til arkitekturprisen, forteller Henning Kaland, leder for rådet for byarkitektur, til Aftenposten. Rådet skal plukke ut tre finalister og nominere til selve prisen og hederlig omtale. Så er det politikerne i byutviklingskomiteen som tar den siste beslutningen. Vinneren offentliggjøres når prisen deles ut i Oslo rådhus den 15. oktober. Prisutdelingen vil være åpen for publikum.

**Utstilling på Rådhusplassen til høsten**

Så Bjerke- og Tonsenboere, følg med! Fra slutten av september til slutten av oktober skal 25 av prosjektene presenteres i en utstilling på Rådhusplassen. Til utstillingen lages det også en katalog som viser alle de 42 innsendte prosjektene.

Men – det beste er vel å se vårt eget prosjekt, Bjerkedalen park, slik den er i virkeligheten. Etter et besøk der nylig kan jeg anbefale parken på det varmeste. Den er fint egnet for et opphold, både for unge og eldre. Parken innbyr til ulike aktiviteter – og har mange hvileplasser for slitne føtter.



# Onsdag

Av Øystein Mathisen

**Annenhver onsdag fylles Tonsen kirke av ca. 50 barn fra 1 til 9 år. Når de i tillegg har med seg foreldrene sine, blir det fort over hundre mennesker som spiser middag, synger og leker sammen, før det hele avsluttes med Kaos og Sang, og litt kaffe. Men det er plass til flere.**

Superonsdag er et populært tilbud i Tonsen menighet. Det ser ut til å være like supert for både barn og for-



Lars Ivar Olsen med sønnen Filip og Knut Østenvik med datteren Maja er skjønt enige om at Superonsdag er blant ukas høydepunkt.

*Simon og Helga Samset dirigerer familiecoret Kaos & Sang med stor innlevelse og en sangglede som smitter over på store og små.*





# er helt supert på Tonsen

eldre. I løpet av halvannen time får man først spist middag sammen med mange andre familier, deretter blir barna fordelt etter alder og interesser.

I tillegg til å bli kjent, og lære navnene til hverandre, lærer barna både gamle kjente kjære og noen nye sanger. De som er over fem år, kan også velge å gå på Sirkusklubben. Sirkusklubben øver inn forskjellige sirkusnumre, som å stupe kråke gjennom rockering, balansere med angry birds på hodet eller leke Bjørnen sover.

– Alt er bra. Stemningen, opplegget. Man kan treffe naboer, det er sang og musikk. Dette er ukas høydepunkt, samstemmer pappaene Knut Østensvik og Lars Ivar Olsen.

– Det er fellesskap. Det er et kjempegodt tilbud til barna, og så får de høre litt om Jesus.

– Det beste er at man kan velge hva man vil gjøre, man treffer mange venner og får god mat, sier Christina Romsaas.

## Kaos

Etter en halvtime med aktivitet samles alle til en felles avslutning i kirka med familiekoret Kaos og Sang. I akkurat den rekkefølgen. Da synges klassikere som "Hvem har skapt alle blomstene" og " Dette lille lyset mitt, det skal få skinne klart" av full hals.

Superonsdag er en viktig del av Tonsen menighets tilbud. Et par ganger i semesteret er Kaos og

Sang med og bidrar på gudstjenestene, og Sirkusklubben har laget noen kreative inngangsprosjoner til disse.

Nesten alle som er med som ledere i Superonsdag, har selv barn som er med, og motivasjonen er at man er med og lager et godt miljø for sine egne barn og sin egen familie. Suksessfaktoren henger sammen med at det hele sprang ut av foreldres ønske om å starte et tilbud som de selv kjente behov for.

## Fellesskap for hele familien

Nå har det vært Superonsdag i Tonsen kirke annenhver onsdag i mange år. Alle er velkommen til å prøve ut Superonsdag. Dersom man finner ut at dette er noe man ønsker å være med på flere ganger, blir man registrert og betaler en avgift som dekker maten man får servert for et halvt år om gangen. Menyen består hovedsakelig av lapskaus, grøt, pizza eller pølser.

Styreleder for Superonsdag, Sveinung Groven, understreker at formålet med Superonsdag er at dette skal være et treffsted for barnefamilier i kirka, både for foreldrene og for ungene.

– Dette er ikke et barnetiltak, men et familietiltak, der kongs-tanken er at ungene skal kunne bli kjent med kirka si, men også at vi voksne skal kunne utvikle vennskap og fellesskap, og bli trygge på og bli glade i kirka vår, forklarer Groven.

En gang på høsten og en gang på våren trekker de hele Superonsdag ut av kirka, og opp til Isdammen, hvor det er både lek og grilling og diverse uteaktiviteter.



Isak og Ingunn Østensvik, Ingrid Halvorsen, Espen og Sebastian Lindland synes det er kjempegodt med lapskaus, og skryter av fellesskapet og middagen.



Drakamp er populært på Sirkusklubben, for de eldste barna. Jon Magnar Haugen er både med som pappa og sitter i styret for Superonsdag.

Kaos og Sang opptrer på Superonsdag og på noen gudstjenester hvert semester.



Sangstund for barna, mens foreldrene står rundt med regnbueteppe, er populært.



# Tonsen kammerkor – sammen skaper vi fin musikk

Vil du være med å skape fin musikk i Tonsen kirke? Da er kanskje Tonsen kammerkor noe for deg!

Tonsen kammerkor er Tonsen menighets eget kor for deg som både liker klassisk kirkemusikk, jazz, spirituals, folketonar og viser. Tonsen kammerkor sin historie går tilbake til 1987, og etter et opphold startet koret opp igjen i 1997 av daværende dirigent og kantor Yngve Sporild Breievne. Blant de første verkene koret fremførte, var Händels *Messias*, og det ble raskt et av korets favoritter. Koret har samarbeidet ved ulike fremførelser av *Messias* både med Nordberg kirkekor, kontratenoren David Hansen og Vivaldi orkester under ledelse av Igor Rybak. Den gang med unge Aleksander Rybak i orkesteret. Siden har koret fremført



flere store verk, som Mozarts *Requiem*, J. S. Bachs *Juleoratorium* og *Skapelsen* av Haydn. Og i fjor vår fremførte koret Händels *Salomon* sammen med Nordberg kirkekor.

Kammerkoret er ikke bare et konsertkor, men er også en viktig bidragsyter til musikken i gudstjenesten i Tonsen kirke. Koret deltar årlig som forsangere og solister på Allehelgen og jazzmessen i november, og er ellers med som forsangere på gudstjenester enten i grupper eller hele koret gjennom hele året. Vi har også hatt korturer til Latvia der koret besøkte og sang i vår vennskapsmenighet i Limbaži, og til Berlin der vi var på besøk og holdt konsert i Nathanaelkirken.

Høsten 2015 har koret to konsertprosjekter. På bots- og bededag (25. oktober) har kammerkoret høstkonsert med blant annet Steve Dobrogoszs *Mass* på programmet. Steve Dobrogosz er en amerikansk pianist og komponist, og hans messe ligger i grenselandet mellom den klassiske kirkemusikken og jazz. Andre søndag i advent blir det julekonsert med tradisjonelle engelske carols sammen med norske julesanger og allsang.

Høres dette ut som noe som passer for deg? Nye sangere ønskes velkommen! Ta kontakt med korets dirigent Anders Fjeld Meyer på telefon 994 64 657 eller [anders.fjeld.meyer@oslo.kirken.no](mailto:anders.fjeld.meyer@oslo.kirken.no)

## Seniorsaken Oslo Nord – høstens aktiviteter 2015



Seniorsaken  
Oslo Nord

22. september Fjøset, Årvoll Gård kl. 18.00: Prøysenkveld. Elin Prøysen og Egil Johansson er tilbake med et helt nytt program! Inngangsbilletter kr. 50,-. Lett bevertning, kaffe og andre drikkevarer. Utlodning.

24. november Fjøset, Årvoll Gård kl. 18.00: Juleavslutning med servering. Geriatrix spiller til underholdning og dans. Utlodning.

Billetter til juleavslutningen, kr. 275,- selges på Årvoll gård før og etter Prøysenkvelden 22. september. Det vil også bli billettsalg flere helger senere på høsten. Dato vil komme på oppslag i nærmiljøet og i pressen.

Det er mulig det blir arrangert et julecruise til Kiel i desember, slik som i desember 2014.



## Utedugnad

Det blir høstdugnad  
lørdag 10. oktober kl. 10.00–14.00

Har du tid til å rydde litt rundt kirka vår? Kom og bli med. Vi rydder, klipper busker, ordner blomsterbed, plukker søppel, raker og ellers det som trengs for høsten. Det serveres en enkel lunsj kl. 12.00.

Velkommen!

Tonsen menighetsråd

## VI HAR ET STORT UTVALG AV DØRER OG VINDUER I TRE OG ALUMINIUM

Produkter fra alle norske produsenter.  
Spør oss om tilbud før du tar vindusvalget!

Velkommen til vår utstilling og en hyggelig glassprat  
i Brobekkveien 104b på Alnabru.

Åpningstider man–fre 07.30 til 16.00.

Torsdager 07.30 til 18.00

Svendsen's  
**GLASS-SERVICE AS**

Etablert 1968

TLF: 815 45 277 • [www.815GLASS.no](http://www.815GLASS.no)



# På besøk i *Kakeriet* på Grefsen

Ved Sonja Thoresen

I Glads vei 20 på Grefsen ligger *Kakeriet*, som er et håndverkskonditori. Lokalet ligger i første etasje i et gult trehus, på hjørnet av Grefsenveien, ganske bortgjemt og langt unna shoppingssentre og handlegater. Og likevel, i løpet av de ni årene konditoriet har eksistert, har kundekretsen vokst slik at det nå arbeider tre personer i fulle stillinger og en ekstra når det er behov for det.

Vi snakker med gründeren og lederen for foretaket: *Sissel Klever*. Etter å ha jobbet som kokk, inkludert ansvar for desserter og kaker, på Østmarkssetra i 18 år, fikk hun lyst til å starte for seg selv. Hun var vant med høye krav på arbeidsstedet, og kjente seg kvalifisert til å starte eget firma. Den gangen, i 2006, fikk hun med seg søsteren sin som medhjelper. De lette etter et egnet lokale, og fant fram til huset i Glads vei gjennom annonse i Talefoten, menighetsbladet til Grefsen kirke. Et lokale som var akkurat passe stort for den produksjonen *Sissel Klever* og to til tre andre medarbeidere hadde bruk for. I dag arbeider både *Sissel Klever*, broren *Frode Klever*, den danske konditoren *Anni Blidegn* og, som ekstrarhjelp, moren *Solveig Klever* med å skape fristende kaker og andre bakervarer.

## En gründer med pågangsmot

Gjennom mediene blir det av og til påpekt hvor vanskelig det kan være å starte opp en ny virksomhet. Svært

*Teknisk museum feiret 100 år med kaker fra Kakeriet.*



mange er optimister, men må gi seg etter kort tid. To ting kreves for å få det hele til å "gå rundt": Kompetanse og stå-på-vilje.

– Oppstarten var tøff, forteller *Sissel Klever*. Det var hard jobbing i seks år med 6-dagers uke. I ettertid har jeg fått høre at mange av mine kjente ikke trodde det ville gå.

Og uten at vi her driver halv-engros, kunne vi nok ikke ha klart oss heller. Butikken er stengt for salg mandag og tirsdag. Vi tar imot bestillinger og har åpent for dem som skal hente bestilte varer, men ellers baker vi da for våre profesjonelle samarbeidspartnere. Det er to cateringbedrifter i tillegg til 230 firmaer som er våre faste kunder. Vårt særpreg er at vi baker alt fra bunnen. Her bruker vi rene råvarer som egg og smør og krem, ingen halvfabrikata. Det vi har merket, er at folk nå er blitt mer villige til å betale for kvalitet, for ekte saker.

## En geografisk stor kundekrets

– Vi er takknemlige og glade for alle her i nærmiljøet som er blitt kundene våre. Vi merker det godt når det er konfirmasjoner i distriktet, og i mai og juni har vi også rush av bestillinger til brylluper. Vi ligger innenfor Grefsen menighet, men vi har også levert kaker til naboer i øst: Tonsen kirke og beboerne i Bjerke bydel. Skolene her omkring bestiller kaker til spesielle anledninger, og Frivillighets-sentralen på Grefsen har gitt oss mye god reklame. Der leverer vi forresten rester og overskudd en gang i uken. Av og til kommer en kjent person innom *Kakeriet* vårt. Det var hyggelig å hilse på *Stein Erik Hagen*, *Ari Behn* og *Åse Kleveland*, for å nevne noen eksempler. Vi er også glade for å levere kaker til

*Bak disken i Kakeriet: Frode Klever, Sissel Klever, Solveig Klever, Anni Blidegn*



*All produksjon og salg foregår i lokalet, Glads vei 20.*

Riksteateret i Nydalen.

En krevende bestilling var bløtkaker og muffins for to tusen personer til Teknisk museum. På grunn av spesielle omstendigheter var det bare en av konditorene på jobb den gangen. Men *Frode Klever* klarte oppgaven alene.

## Utvalg av kaker og bestillinger

– Vi har en egen nettside med navn på oss som jobber her og telefonnummer. Videre finner du der åpningstider, bilder av kakene våre og prislister. Onsdag til lørdag har vi butikksalg. Men i juli og i romjula holder vi helt stengt.

Når det gjelder tilbudet vårt, lager vi kaker på bestilling til ulike anledninger. Bestselgerne våre er pasjonsfrukt-kaken og napoleonskaken. Den største bløtkaken vi lager, er på 50 biter. Større kaker enn det er svært vanskelig å frakte.

Vi lager også Verdens beste, som her i landet kan være kjent som *Kvæfjordkaken*.

– Men, innskyter den danske medarbeideren *Anne Blidegn*, det er egentlig en dansk kake. I Danmark er den kjent som amerikansk lagkage!

Ser man det, kaker smaker ikke bare søtt og godt: De er også kulturbærere over landegrensene. En morsom opplysning som avslutter vårt besøk på *Kakeriet*.

For mer informasjon, se nettsiden: [www.kakeriet.com](http://www.kakeriet.com)

*Bløtkake med frukt og bær*



# KONFIRMANT 2016



## TONSEN KIRKE

### HVA ER EGENTLIG KONFIRMASJON?

For mange er det naturlig å tro på Gud - for noen er det helt fremmed og utenkelig. Andre vet ikke helt hva de skal tro på.

Ingen trenger å ha en skråsikker tro på Gud for å følge konfirmantundervisningen.

Gjennom konfirmanttiden skal vi prøve å finne ut litt mer om spørsmål rundt tro og tvil, hvem Gud er og hva Han vil oss.

Konfirmantåret avsluttes med en høytidelig og fin konfirmasjonsgudstjeneste i kirken.



**STØRST AV ALT**  
TRO - HÅP - KJÆRLIGHET



### KONFIRMASJON ER FOR ALLE!

Du kan følge konfirmantopplegget selv om du ikke er døpt. Hvert år døpes flere konfirmanter før konfirmasjonsdagen.

Konfirmanter med spesielle behov er velkommen til å delta. Vi tilrettelegger opplegget slik at det passer for fysisk og psykisk funksjonshemmede.



Ten Sings sommerkonsert søndag 14. juni var inspirert av Løvenes konge. Foto: Øystein Mathisen



Konfirmantleir.

Foto: Jonas Kilmork Vermøy



## HVA SKAL JEG VELGE?

## VIKTIG:

Tidspunkt og datoplaner får du informasjon om på innskrivingen 17. september (se: Viktige datoer).

Du kan velge mellom to grupper:

## KRIK:

KRIK er for deg som er glad i friluftsliv og liker å være i fysisk aktivitet. Her kan du få oppleve blant annet uteaktiviteter, idrett, klatring, og mye mer. I tillegg drar vi på konfirmantleir.



KRIK-konfirmanter har samling på torsdager.

Pris: 2500,- (dekker bibel, materiell, leir, mat og aktiviteter)

## Ten Sing:

De Umulige Tonsen Ten Sing (DUTTS) er kirkens hovedtilbud til ungdom mellom 13 og 19 år. Her kan du være med i ulike typer grupper som kor, mini-kor for solister, band, dans, drama, lyd- og lysgruppe, og praktisk gruppe. I tillegg opptrer Ten Sing på ulike typer gudstjenester, drar på øvelseshelg, og har også sin egen sommermusikal. Vi drar også på konfirmantleir.

Ten Sing-konfirmantene har samling og øvelse på torsdager.

Pris: 2500,- (dekker bibel, materiell, leir og øvingshelg)



## VIKTIGE DATOER!

## Innskriving og informasjonsmøte:

Torsdag 17. september kl 18:00 for foreldre og konfirmanter.

## Foreldremøte:

Mandag 16. november kl 19:00.

## Presentasjonsgudstjeneste:

Søndag 13. desember kl 11 - 14 med infosamling for konfirmantene etter gudstjenesten, hvor vi blir litt mer kjent med hverandre.

## Konfirmantleir:

Vi drar på konfirmantleir. Mer informasjon kommer.

## Konfirmasjonsdatoer:

Lørdag 10. september for de fra Årvoll skole.

Søndag 11. september for de fra andre skoler.

## PÅMELDING

Mer informasjon og påmeldingsskjema finner du på: [www.tonsenkirke.no](http://www.tonsenkirke.no)

Tonsen kirke  
Postadresse: Postboks 28 Årvoll,  
0515 Oslo

## Spørsmål?

Kontakt kateketvikar  
Knut-Helge Fjeldstad: 23 62 93 37  
E-post: [knut-helge.fjeldstad@oslo.kirken.no](mailto:knut-helge.fjeldstad@oslo.kirken.no)



Lik oss på facebook



[www.tonsenkirke.no](http://www.tonsenkirke.no)

## Konfirmanter i Tonsen

Lørdag 12. sept.  
kl. 11.00

Martin Malja  
Bendik Andreas Østmoen  
Tor Martin Bibow-Jensen Kjus  
Eivind Møen  
Erik Robertsen  
Josefine Nyrud  
Patrick Olstad Monsrud  
Kine Botner  
Dennis Ramse Kaarbø  
Randi-Mari Sandvik  
Oda Stuestøl  
Frida Sanne-Grini  
Bendik Hustad Bleken

Lørdag 12. sept.  
kl. 13.00

Lotte Greaker  
Marthe Spro  
Jonas Frisell  
Emma Rimstad  
Bendik Storlien  
Nora Aaserud Berge  
Maja Eriksen Nordahl

Olav Myrann  
Karoline Bjelland  
Juni Kristin Norum Berild  
Celine Pettersen  
Marcus Eriksen  
Patrick Øen Eriksen  
Morten Grøttås  
André Risdal Marti  
Alexander Salguero Spilde

Søndag 13. sept.  
kl. 11.00

Mette Braastad Brandal  
Felix Cruickshank Øverli  
Marius Sandhaug Johnsen  
Jonatan Øyrehagen Geist  
Andrea Ludvigsen  
Sol Eline Oftebro  
Sofie Sandnes  
Henrik Melgård  
Martine Antoinette Wisbech  
Sigurd Haldorsen Solholm  
Ingrid Wennersten  
Linn-Therese Borgen  
Magnus Karlsaune  
Eirik Solberg Sagen

Hanna Skiaker  
Peder Berg Flugstad  
Jesper Berg Johansen

Søndag 13. sept.  
kl. 13.00

Nina Joakimsen  
Chantelle Varela  
Sebastian Thune  
Christoffer Stensbøl Brustad

Tanja Bergum Barth  
Tomine Nærdal  
Gunilla Hovden Saltnes  
Chris Robert Jacobsen  
Filip Berg Langeli  
Ivana Zlatic  
Emma Winther Nilsson  
Pernille Kristiansen  
Simen Skeide  
Benjamin Eldristad

BESØK VÅR  
BUTIKK I BUTIKKEN!

Direkte salg av glass, speil, hyller, dusjløsninger, fester og beslag m.m. Egen utstilling av vinduer, dører og rekkverk i glass/stål. Innramming til hyggelige priser.

Velkommen til vår utstilling og en hyggelig glassprat i Brobekkveien 104b på Alnabru.

Åpningstider man-fre 07.30 til 16.00.  
Torsdager 07.30 til 18.00

Svensden's  
**GLASS-SERVICE AS**

Etablert 1968

TLF: 815 45 277 • [www.815GLASS.no](http://www.815GLASS.no)



**Babysang**

For baby med foresatt annenhver onsdag. Du kan velge mellom to sangstunder: Kl. 11.00 eller 12.30. Det er enkel, felles lunsj kl. 11.45 for kr. 30,-. Dette er en god anledning til å bli kjent med andre småbarnsforeldre, så ta med pratelysten.

Hovedleder og leder av sangstund: Marthe Haaland Wang, tlf. 23 62 93 40, e-post: marthe.haaland.wang@oslo.kirken.no

Datoer:

**26. august**

**9. og 23. september**

**7. og 21. oktober**

**4. og 18. november**

**Superonsdag**

Hver annen onsdag har vi aktiviteter for barn i alderen 1–10 år i Tonsen kirke.

Kl. 17.00: Registrering og middag. Det må betales før middagen.

Kl. 17.30–18.30: Aldersinddelte aktiviteter. (Se nedenfor.)

Kontaktperson: Tone Siv Keiserås Kronberg, e-post: tonsensuperonsdag@gmail.com

Se egne lapper i kirken med fullstendig program.

**Kaos og Sang (KOS)**

er et treffsted for barnefamilier i Tonsen kirke. Vi har to musikkgrupper (1–2 år og 3–5 år) og et felles familiekor. Opplegget er basert på at barna deltar sammen med foreldrene sine.

**Sirkusklubben**

er for barn fra 5 til 10 år. Felles lek og moro, med klovnerier, sjonglering og andre enkle aktiviteter.

**Superkidz**

er et kor for barn fra 1. til 4. klasse. Vi møtes i kirken **hver onsdag** kl. 17.30–18.30. Her er lek og sang i fokus. Koret synger på noen av kirkens arrangementer for barn i løpet av året.

**Søndagsskole**

Fra 2 til 14 år. Frammøte i kirken kl. 11. Så går vi i samlet flokk ned i underetasjen.

Datoer:

**6. og 20. september**

**11. og 25. oktober**

**8. og 22. november**

**6. og 20. desember**

**Speider****7. Oslo Kanaljene – Tonsenspeiderne**

Møter holdes i kirkens underetasje hver tirsdag kl. 18–19.45. Kontakt: Per Olav Kolberg, tlf. 938 78 727. Internett-side: <http://7oslo.no>

**Tween Sing**

er et tilbud for 5.–7. klasse. Liker du å synge, danse, spille skuespill eller i band? Da er Tween Sing noe for deg. Hver onsdag kl. 18.30–20.15 samles vi i Tonsen kirke.

Kontakt: Marthe Haaland Wang, marthe.haaland.wang@oslo.kirken.no, 23 62 93 40

**Ten sing****De Umulige – Tonsen Ten Sing**

For ungdom fra 13 til 19 år. Øvelse hver torsdag kl. 19–21 i kirken. Her kan du drive med sang, drama, dans og band! Kontakt: Øyvind R. S. Berg, tlf. 957 85 343.

**For voksne****Kortado**

Unge voksne-kor for deg mellom 20 og 40 år. Vi øver hver onsdag kl. 19–21. Kontakt: Reidun Palmer Omang, tlf. 958 31 916.

**Tonsen kammerkor**

øver hver tirsdag kl. 19.30–22.00 i Tonsen kirke. Kontakt: Anders Fjeld Meyer, tlf. 994 64 657, eller anders.fjeld.meyer@oslo.kirken.no

**Tonsen Y's Men's Club**

holder møtene sine annenhver mandag i Tonsen kirke. Vanligvis begynner møtene kl. 19.00 i lille menighetssal. Interesserte kan kontakte Hans Olav Evje, tlf. 22 72 08 73. Klubben tar også imot kvinnelige medlemmer.

**12. okt.:** Ikke møte pga. kurskveld. Se side 7.

**26. okt.:** "Arkitektur i historisk perspektiv" ved Arne Sæter.

**9. nov.:** "Studietur i Tyrkia" ved Berit Susanne Birkeland.

**Fellesskapsmåltid og keltisk kveldsbønn**

For 50 kr. får du et enkelt middagsmåltid (suppe) i store menighetssal følgende tirsdager kl. 17.00:

**8. september**

**13. oktober**

**10. november**

**8. desember**

Det blir mulighet for prat med både ukjente og kjente. Vi avslutter med keltisk kveldsbønn i kirkerommet.

**Onsdagstreff i Tonsen kirke**

For godt voksne er det hyggestund med allsidig program i lille menighetssal annenhver onsdag kl. 11.30–13.30. Utlodning, andakt, opplesning, sang, musikk og bevertning.

Kontaktperson: Ieva Folmo, tlf. 23 62 93 38, e-post: ieva.folmo@oslo.kirken.no

**19. aug.:** "Arnulf Øverland. Liv og diktning" Et program v/ Ingeborg Andersson.

**2. sept.:** "Vi flyr for livet." Besøk av MAF (Mission Aviation Fellowship) Norge v/ daglig leder Willy Ludvigsen.

**16. sept.:** Busstur til Sørumsøya sammen med Grefsen menighet. Se egen info på baksiden. Påmeldingsfrist 9. september.

**30. sept.:** Program kommer, se [www.tonsenkirke.no](http://www.tonsenkirke.no).

**14. okt.:** Et musikkprogram med Yngve Sporild Breievne, tidligere kantor i Tonsen menighet, nå kantor i Gamle Aker kirke. Rona Therese Reistad, seniorveileder i bydel Bjerke, informerer om tjenesten som er et tilbud for alle i bydelen over 80 år.

**28. okt.:** "Tulipanene i Amsterdam." Et program med bilder og musikk v/ Astri og Agnes Haug.

**Ønsker du:**

- **Samtale?** Ta kontakt dersom du ønsker samtale om livet og troen.
- **Forbønn?** Bak i kirkerommet står det en liten kasse for bønnemner. Ansatte og forbedere vil be for det du har skrevet.

**Ta kontakt på tlf. 23 62 93 30. Se mer på [www.tonsenkirke.no](http://www.tonsenkirke.no)**

**Misjonsgruppa**

med fokus på arbeidet blant fulanierne i Mali møtes en ettermiddag i måneden.



Møtene går på omgang i hjemmene til medlemmene. Gruppa er åpen for alle. Kontakt menighetskontoret på tlf. 23 62 93 30 eller [post.tonsen@oslo.kirken.no](mailto:post.tonsen@oslo.kirken.no) for mer informasjon. Vel møtt!

## Vil du gå tur for Tonsen menighet?

### Tonsenbladet søker nye frivillige bladbærere for følgende ruter:

- Årvollveien 58 (100 blader)
- Erich Mogensøns vei 9–31 (96 blader)
- Linderudveien 26–36 og 1–11 (96 blader)
- Linderudveien 13–41 (120 blader)
- Lunden Hageby (ca. 150 blader)
- Ragna Nielsens vei 1 – 21 (92 blader)

Tonsenbladet kommer ut 4 ganger i året, og bladene blir kjørt hjem til bladbærerne.

Har du mulighet for å ta en av disse rutene? Ta kontakt med kontoret i Tonsen kirke, tlf. 23 62 93 30, eller på e-post: [post.tonsen@oslo.kirken.no](mailto:post.tonsen@oslo.kirken.no)

### Tonsenbladet

Tonsenbladet utgis av Tonsen menighetsråd og deles ut gratis til alle husstander i Tonsen menighet fire ganger i året.

De siste numrene ligger på menighetens nettsider: [www.tonsenkirke.no](http://www.tonsenkirke.no)

**Postadresse:** Postboks 28 Årvoll, 0515 Oslo

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

**Bankgiro:** 1503.08.60427

#### I redaksjonen:

Hans Olav Evje (22 72 08 73),  
Sonja Thoresen (22 22 79 61),  
Jon Magne Vestøl (414 50 259),  
Gry Gotaas Fredum

**Ansvarlig:** Menighetsrådet v/ Torunn E. Silva

**Annonser:** Kontakt menighetskontoret.

**Opplag:** 9 700

#### Utgivelsesplan:

Nr.	Stoff-frist	Utgis
4	18. september	Uke 43
1, 2016	27. november	Uke 1, 2016

**Trykk:** Merkur Grafisk, Oslo

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



## TONSEN MENIGHET DIAKONATET

# TONSENMESSA

**Fredag 6. november kl. 11.00–15.00**

**Lørdag 7. november kl. 10.00–15.00**

**Trekning kl. 15.00–15.30**

**Vi ønsker hjelpere til Tonsenmessa.  
Kontakt kontoret.  
Utfyllende program i neste nr.  
av Tonsenbladet.**

**Hilsen Tonsenmessekomiteen**

Se mer informasjon på [www.tonsenkirke.no](http://www.tonsenkirke.no)

STØTT OMSORGSARBEIDET I DITT NÆRMILJØ



## Håndarbeidsgruppa for Tonsenmessa

Mellom kl. 10.30 og 13.30 samles vi i lille menighetssal på følgende datoer:

26. august, 9. og 23. september, 7. og 21. oktober.

Du er hjertelig velkommen til å stikke innom, med eller uten strikkepinner og synål, tollekniv eller høvel!

Vi har et omfattende lager med garn og tekstiler.

En kaffekopp får du uansett!



# Fra Tonsen menighet til Vietnam



Guro Nesbakken og Jon Ragne Bolstad fra Tonsen Menighet skal reise til Vietnam for Misjonsalliansen. Guttene Teodor (9) og Jonas (3) blir med. Foto: Randi Bolstad

Første august drar Jon Ragne Bolstad (43) og Guro Nesbakken (39) fra Brobekk til Vietnam for å jobbe for Misjonsalliansen. De vil være knyttet til Tonsen menighet mens de er borte. De reiser med Jonas (3) og Teodor (9), og regner med å bli borte i fire år.

– Vi gleder oss stort til å reise. Det å få lov til å oppleve et nytt land og en ny kultur samtidig som vi kan gjøre en meningsfylt jobb er et stort privilegium, sier Jon Ragne.

Han kommer fra stillingen som markeds- og kommunikasjonssjef i CARE Norge, og har tidligere jobbet i Norges KFUK-KFUM og som lærer ved Addis Abeba universitet i Etiopia. Han har også vært aktivt med i “Superonsdag” og Sirkus-

klubben i Tonsen menighet, og tidligere som voksenleder i Ten Sing. Han er utdannet journalist, har mellomfag i utviklingsstudier og en master i ledelse fra BI. I Vietnam skal han lede kontoret med en stab på 14 ansatte.

– Misjonsalliansen gjør et svært viktig arbeid innen mikrofinans, inkludering av funksjonshemmede i skolen og med landsbyutvikling, forteller han. Misjonsalliansen løfter frem det diakonale oppdraget alle kristne har. Vi synes det er svært spennende å få lov til å drive dette arbeidet fremover.

Guro kommer fra stillingen som seniorrådgiver for helse i Redd Barna, og har tidligere blant annet jobbet i Verdensbanken og for FN (UNFPA) i Etiopia. Hun har hovedfag i utviklingsstudier.

– Etter våre to år i Etiopia fra 2004 til 2006 har vi av og til vært innom tanken på å dra ut på nytt. Nå blir det plutselig alvor. Vi synes Misjonsalliansens diakonale fokus og rettighetsbaserte fattigdomsarbeid virker veldig bra. Når det i tillegg var utlyst to stillinger som passet for oss, og tidspunktet i forhold til ungenes alder er bra, så var dette en perfekt mulighet for oss. Vietnam er et svært spennende land å jobbe i, men med store interne forskjeller i levestandarder. Omtrent 15 % av innbyggerne lever under FNs fattigdomsgrense. Sammen med lokale myndigheter vil vi jobbe for å nå de aller fattigste, slik at de selv kan skape endring og jobbe seg ut av fattigdom.

Guro har lang fartstid

## FAST LAVPRIS PÅ KVALITETSDØRER



### YTTERDØRER

- 3-lags glass som standard
- 5 standard farger uten pristillegg
- Lik innside og utside på de fleste modeller
- Livsløpsstandard terskel

- 3 justerbare hengslr
- Komplette forsikringsgodkjent låssystem
- Alle modeller kan leveres som dobbeltdør
- 78 mm dørblad som standard



MONICA  
Kr. 9990,-



SOFIE  
Kr. 8690,-



SARA  
Kr. 8990,-



MARIANNE  
Kr. 12249,-



LANGEBY  
Kr. 15990,-

### INNERDØRER FRA KR. 690,- uten karm



ASK tett/kompakt



ODIN tett/kompakt



ODIN GLASS

Alle priser gjelder inntil ny prisliste fra leverandør foreligger

### VI TILBYR GRATIS BEFARING OG FASTPRIS PÅ MONTERING!

Kom innom oss og se vår utstilling i Brobekkveien 104 b på Alnabru.  
Åpent man–fre: 07.30–16.00 / Torsdag: 07.30–18.00

TLF: 815 45 277 • Se flere dører og last ned brosjyre på [www.815GLASS.no](http://www.815GLASS.no)

Svendsen's  
**GLASS-SERVICE AS** Etablert 1968



Kjøp nå.  
Betal om 9 mnd.



Cresco Access gir deg frihet til å betale når det passer deg. Nå kan du utsette betalingen i 9 måneder mot et utsettelsesgebyr på kr 425. Etter denne perioden bestemmer du selv om du vil betale inn hele beløpet eller foreta månedlige innbetalinger.

Alltid. Muligheter.

Ved månedlig innbetaling: Eff. rente 31,8 %, 15.000,- / 12 mnd. totalt 17.368,-.  
Gjelder kjøp over 2.500,-. Forutsetter en kredittvurdering.  
Cresco Access – et produkt fra DNB Bank ASA



## Nytt fra menighetens misjons- prosjekt i Liberia

fra Tonsen. Hun sang i “Småsangerne” som barn, før familien flyttet til Arendal. Som voksen har hun etablert seg her på nytt, og familien har bodd på Brobekk siden 2007.

– Vi er veldig glade for å få lov til å reise ut som utsendinger for Tonsen menighet. Vi opplever Tonsen som en inkluderende og aktiv menighet, og vi har begge hatt stor glede av fellesskap og lapskaus på “Superonsdagene”. Vi håper at det er mange i menigheten som har lyst til å følge arbeidet vårt.

– *Hvordan kan folk i menigheten følge dere?*

– Misjonsalliansen har en innholdsrik nettside hvor det er mulig å følge de ulike prosjektene. Vi kommer til å skrive jevnlig blogginnlegg, der lesere kan bli kjent med arbeidet og noen av dem som får støtte fra Misjonsalliansen i Vietnam, forteller Jon Ragne. I tillegg kommer vi til å skrive hjem til menighetsbladet. Vi kommer til å sende hjem aktuelle bønnetemaer som kan tas med inn i gudstjenesten gjennom året. Tonsen menighet har allerede en samarbeidsavtale med Misjonsalliansen om støtte til arbeidet i Liberia. Det er selvfølgelig også veldig flott om folk kan tenke seg å støtte arbeidet i Vietnam direkte, enten gjennom støtte til prosjekter eller som faddere. Som fadder vil man få et bilde av et barn som representerer det arbeidet Misjonsalliansen gjør i en landsby. Dette er en flott måte å få et direkte forhold til arbeidet man støtter. Som giver til Misjonsalliansens prosjekter får man også brev fra oss i Vietnam.

– *Er dere spente?*

– Ja, vi er jo selvfølgelig spente, forteller Guro. Det er mye praktisk som skal på plass når man reiser av gårde med en familie. Heldigvis får vi litt tid til å komme på plass i Ho Chi Minh City før vi skal jobbe for fullt. De første 9 månedene skal Jon Ragne og jeg bruke til å gå på språkskole for å lære oss vietnamesisk. Vi skal ikke ha vietnamesisk som arbeidsspråk, men for Misjonsalliansen er det viktig at vi skal være i stand til å kommunisere med lokalbefolkningen på deres eget språk. Det er en utfordring som vi setter pris på å få!

– *Hva tenker barna om at de skal flytte?*

– Teodor er veldig positiv. Han har gledet seg helt siden vi fortalte at vi hadde fått oss nye jobber. Jonas på tre år har nok ikke helt skjønnet hva som skjer, og overgangen vil sannsynligvis bli litt krevende. Vi er likevel trygge på at dette kommer til å bli en positiv opplevelse for begge barna. Både Teodor og Jonas kommer til å gå på engelsk skole og barnehage. Det vil nok ikke ta lang tid før de snakker engelsk like godt som norsk, tror Jon Ragne.

– *Hvorfor er dette et viktig arbeid?*

– Misjonsalliansen sitt slagord er “Sammen gir vi livet en sjanse” – og vi opplever at det er nettopp det Misjonsalliansen gjør. Gjennom sitt arbeid gir de fattige mennesker mulighet til selv å skape seg et bedre liv. Vi synes det er flott å skulle få lov til å gå inn i dette arbeidet. Det blir spennende å rapportere hjem til Tonsen om mennesker vi møter og positive endringer i deres liv, avslutter Guro og Jon Ragne.

Misjonsalliansens siste bank, Diaconia MDI, er nå i full gang med banklån til fattige mennesker som ønsker en bedre framtid for seg og sine. Og kundene betaler tilbake.

Det er alltid spennende ved oppstart av en ny bank om kundene vil betale tilbake i rett tid. Så også i Liberia. Mange av de som nå har fått lån, har fått banklån for første gang.

I Liberia merker Rune og jeg som Misjonsalliansens utsendinger at tid og avtaler om tidspunkt ikke betyr det samme som hjemme i Norge. Ikke alle kundene som er klarert for lån, og som har fått avtale om å møte i banken til en gitt tid, møter opp på rett dag, og det er slett ikke sikkert de møter til rett tid! Det har derfor knyttet seg spenning til om tilbakebetalingen av lån vil skje i rett tid.

Elizabeth Ben var en av de første lånekundene i Diaconia MDI. Hun har en liten dagligvarebutikk i huset der hun selv bor i Gardnersville, Monrovia. Elizabeth trengte lån for å kunne kjøpe inn mer og flere varer til butikken hvor hun selger sukker, mel, egg, melk og andre helt dagligdagse basisvarer til naboene i området rundt seg.

Butikker som denne er ikke å sammenlikne med et kjøpesenter med godt utvalg. Her er kun nødvendige basisvarer samt litt såpe og toalettartikler. Til innkjøp av disse varene fikk hun sitt første lån på 1000 USD,

som skal nedbetales over 6 mnd. med en innbetaling hver måned. Allerede 6 dager før betalingsfristen er hun tilbake med penger til banken – så dette lover godt!

Elizabeth har kledd seg i flott kjole i dag og kommer smilende til banken med penger og sier hun vil betale tilbake på lånet sitt. Minimum tilbakebetaling for dette lånet er 217 USD, men kundene kan alltid betale mer om de har mulighet til det. På første avdrag betales 5 % renter og 2 % blir trukket til sparing for kunden. Elizabeth er en eksemplarisk kunde som betaler 220 USD tilbake i dag. Vi håper alle kundene våre er som henne!

Det ble noen spennende dager de neste dagene for å se om alle lånekundene i første utlånsgruppe betalte tilbake innen tidsfristen. Og så langt har vi bare gode erfaringer med tilbakebetalingen! Alle i første lånegruppe har betalt tilbake i rett tid eller før tiden – og alle har betalt rett sum eller mer! Til nå er det gitt lån til 45 kunder, og 21 av disse har allerede betalt tilbake det første avdraget. Dette lover godt for fortsettelsen!

Av Janne Ingunn Harbo Øygard  
Ref: Jon-Petter Hagen



Elizabeth Ben kommer med første avdrag på lånet.

# LIVETS GANG

## Døpte

Henrik Fjeldheim Weyde  
 Anna Christiansen  
 Leah Indiane Storm Rønningen  
 Annabelle Saksvik Granly  
 Elvira Aspeli Schjøll  
 Sondre Johan Nerhus  
 Sverre Winsvold Andersen  
 Erlend Benson Lerheim  
 Tuva Dyb Kringstad  
 Ella Dalseg Søberg  
 Celina Estelle Falch  
 Aron Arias Rishaug  
 Magnus Rostad Sæthre  
 Sara Castillo Melby  
 John Kilde Nuvin  
 Elise Vollset Mosgaard-Lier  
 Peter Gjelstenli Kjevevud  
 Brage Høibjelke Sæternes  
 Leah Oline Falch Jørgensen  
 Ola Ottvik Hansen  
 Edvin Alfred Larsson Corneliusen  
 Karl Sofus Løve  
 Amanda Monstad Ødegaard  
 Josefine Dyrbye Güclü  
 Harald Takle  
 Simen Nielsen Svaleng  
 Amalie-Oline Grøndahl-Øy  
 Tor Ailo Skogheim  
 Vilmer Gilleberg Sjøberg  
 Tone Thorjussen  
 Konrad Slaatten Berg  
 Hilde Amalie Brekke Tennfjord  
 Mia Moe Fossbakk  
 Cornelia Bergersen Sundsfjord  
 Frida Nordhuus Johansen  
 Vårin Mortensen Leganger-Hansen  
 Alvilde Jacobsen-Sjöblom  
 Emma Winther Nilsson  
 Henrik Jensen Åberg  
 Peter Aavatsmark Berg  
 Ingeborg Aavatsmark Berg  
 Marcus Askeland Rogstad

## Døde

Randi Marie Frilseth  
 Espen Harald Lillevik Defunkt  
 Reidar Wilhelm Dreyer  
 Solveig Stene  
 Ivar Odd Stene  
 Erna Arvida Norgren  
 Ester Helene Øverbye  
 Georg Lund  
 Knut Olaf Kleven  
 Svend Vagn Pedersen  
 Gudrun Dammen  
 Arne Hansen  
 Torleif Johan Grenersen  
 Rolf Lorang Eriksen  
 Ivar Asbjørn Nordheim  
 Bjørg Solveig Krogstad  
 Lars Borlaug  
 Torleif Ansten Magne Hansen  
 Irene Nord  
 Liv Betzy Kristiansen  
 Gudmund Pettersen  
 Bjørg Ellen Strande  
 Kari Pedersen  
 Mari Helene Henriksen  
 Britt Unni Fagerstrøm  
 Aslaug Langgard  
 Jorunn Marie Granly  
 Borghild Hansen  
 Erik Sonny Fagerlund  
 Unni De Girolamo  
 Aage Asbjørn Brustad  
 Erling Henry Solberg

## TV-aksjonen 2015 til Regnskogfondet

### Bli bøssebærer!

Bli med på årets viktigste søndagstur! Gå med bøsse søndag 18. oktober. Vi trenger 60 bøssebærere på Tonsen.

Påmelding senest dagen før til Åse Berre på aseberre@yahoo.no, eller 997 24 276.

Hvis du ikke har meldt deg på, kan du likevel møte opp som reserve i Tonsen kirke fra kl. 16.30.



Regnskogen: Over 200 millioner mennesker lever i regnskogen, som spiller en avgjørende rolle for klodens klima og rommer uerstattelige plante- og dyrearter, ifølge Regnskogfondet.

Foto: Thomas Marent

### Ofringer 1. mars – 14. juni

IKO .....	kr	4 892,-
Kirkens Nødhjelp – fasteaksjon ..	kr	10 255,-
Kirkens ressurscenter mot vold og seksuelle overgrep.....	kr	4 584,-
Tonsen menighet .....	kr	11 369,-
Kirkens Bymisjon .....	kr	8 270,-
Oslo/Akershus søn.skolekrets .....	kr	5 001,-
KFUK/KFUM .....	kr	5 166,-
Menighetsfakultetet.....	kr	4 156,-
Kirkens Nødhjelp – Nepal .....	kr	6 525,-
Det Norske Misjonsselskap.....	kr	6 771,-
Kirkens familievern .....	kr	4 201,-
Misjonssprosjekt i Liberia .....	kr	5 052,-
Barn og ungdom i Tonsen .....	kr	21 646,-
I alt takkes det for .....	kr	97 888,-

### Massasje på Årvoll gård

Hvile for kropp og sjel

Heidi Gabrielsen  
 Mobil 464 70 890  
 Org.nr. 989707124

### Årvoll

#### Naturmedisin

HOMØPAT N.A.N.  
 Anne Sofie Fjeld

Fotsoneterapi, øreakupunktur,  
 klassisk massasje.  
 Kildeveien 11. Timebestilling.  
 Tlf. 922 90 201

Nye og gamle pasienter ønskes velkommen!



Timebestilling  
 22 15 30 00

**GREFSENTANNLEGEPRAKSIS**

Kjelsåsveien 7 - 0488 OSLO - Telefon: 22 15 30 00 - Telefaks: 22 15 29 00  
 E-post: post@tannlegepraksis.no - Internett: www.tannlegepraksis.no

# Kirkekalender

## August

### Søndag 16. august kl. 11

12. s. i treenighetstiden  
Gudstjeneste ved Mari Wirgenes og Anders Fjeld Meyer.

Dåp. Nattverd. Offer til menighetens misjonsprosjekt i Liberia (Misjonsalliansen). Kirkekaffe.

### Søndag 23. august kl. 11

13. s. i treenighetstiden  
Samtalegudstjeneste med konfirmanter ved Øyvind Remmen, Knut-Helge Fjeldstad, Jonas Kilmork Vemøy og Anders Fjeld Meyer.

Dåp. Nattverd. Offer til menighetens ungdomsarbeid. Kirkekaffe.

### Søndag 30. august kl. 11

14. s. i treenighetstiden  
Familiegudstjeneste. "Helt førsteklasses" med utdeling av 6-årsbok ved Øystein Mathisen og Marthe Haaland Wang.

Nattverd. Kirkekaffe. Offer til menighetens barnearbeid. Kirkekaffe.

## September

### Søndag 6. sept. kl. 11

15. s. i treenighetstiden  
Gudstjeneste på diakoniens søndag ved Mari Wirgenes og Ieva Folmo.

Dåp. Nattverd. Søndags-skole. Kirkekaffe. Offer til menighetens diakonale arbeid.

### Lørdag 12. sept.

kl. 11 og kl. 13  
Konfirmasjonsgudstjeneste ved Øystein Mathisen, Knut-Helge Fjeldstad og Jonas Kilmork Vemøy. Offer til menighetens ungdomsarbeid.

### Søndag 13. sept.

kl. 11 og kl. 13  
16. s. i treenighetstiden  
Konfirmasjonsgudstjeneste ved Øystein Mathisen, Knut-Helge Fjeldstad og

Jonas Kilmork Vemøy. Kirkekaffe. Offer til menighetens ungdomsarbeid.

### Søndag 20. sept. kl. 11

17. s. i treenighetstiden.  
Gudstjeneste ved Mari Wirgenes og Anders Fjeld Meyer.

Dåp. Nattverd. Søndags-skole. Kirkekaffe. Offer til Fransiskushjelpen.

### Søndag 27. sept. kl. 11

18. s. i treenighetstiden.  
Gudstjeneste ved Øyvind Remmen og Anders Fjeld Meyer.

Dåp. Nattverd. Kirkekaffe. Offer til menighetens arbeid.

## Oktober

### Søndag 4. oktober kl. 11

19. s. i treenighetstiden.  
Gudstjeneste ved Øyvind Remmen.

Dåp. Nattverd. Kirkekaffe. Offer til Signo.

### Søndag 11. oktober kl. 11

20. s. i treenighetstiden.  
Gudstjeneste ved Øystein Mathisen og Anders Fjeld Meyer.

Dåp. Nattverd. Søndags-skole. Kirkekaffe. Offer til menighetens barnearbeid.

### Søndag 18. oktober kl. 11

21. s. i treenighetstiden.  
Familiegudstjeneste med 4-årsbok og høsttakkefest ved Øyvind Remmen, Knut-Helge Fjeldstad og Anders Fjeld Meyer.  
Dåp. Kirkekaffe. Offer til TV-aksjonen.

### Søndag 25. oktober kl. 11.30 – merk tiden

Bots- og bønnedag.  
Økumenisk gudstjeneste ved Mari Wirgenes, Anders Fjeld Meyer og søstre på Lunden kloster.  
Dåp. Nattverd. Søndags-skole. Kirkekaffe. Offer til Lunden kloster.



## Kirkeskyss

Ønsker du å bli hentet og kjørt hjem etter gudstjenesten eller kirkekaffen? Fra fredag kl. 18 til søndag kl. 10 kan du ringe og gi beskjed til tlf. 984 03 839.

### 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)

eller tlf. 413 41 540

### Tonsenhagen Velhus

Selvbyggerveien 102 B

Møte- og selskapslokaler  
for de fleste behov.

Tlf. 22 65 81 69

Tirs. og ons. kl. 0900–1230

Tirs. også kl. 1800–2000

### Klassisk akupunktur/cupping

Akupunktør NAFO

Marit von Ahnen

ICON treningsinstitutt Årvoll

Linde Fysikalske Institutt

Mobil 909 86 629

## REKKVERK I GLASS/STÅL!

Kom innom vår utstilling  
i Brobekkveien 104.

Gratis befaring med pristilbud!

**Ring 815 GLASS** (815 45277)

Åpningstider man–fre 07.30 til 16.00.

Torsdager 07.30 til 18.00



Svendsen's  
**GLASS-SERVICE AS**  
www.815GLASS.no

Etablert 1968



Returadresse:  
Tonsen kirke  
postboks 28 Årvoll  
0515 Oslo

## Velkommen til **Musikk ♿ Mat** **15. oktober!**

Tonsen menighet ønsker velkommen til “Musikk og Mat” – en kultur- og fellesskapskveld for hele menigheten. Mennesker med nedsatt funksjonsevne, deres familie og venner er spesielt velkommen!

Dagen er torsdag 15. oktober kl. 18:30–20:30.

På programmet står forskjellige musikalske innslag, bl.a. De Umulige – Tonsen Ten Sing. Følg med på [www.tonsenkirke.no](http://www.tonsenkirke.no) for utfyllende informasjon om program!

Med oss denne kvelden har vi også Ole Johan Beck, spesialprest for inkluderende kirkeliv i Oslo bispedømme.

Det blir servering av pizza, og av hensyn til bevertning ber vi om **påmelding innen mandag 12. oktober**. Påmelding til diakon Ieva Folmo på tlf. 23 62 93 38 / 481 53 164 eller e-post: [ieva.folmo@oslo.kirken.no](mailto:ieva.folmo@oslo.kirken.no).

Kom og opplev en kveld med mye musikkglede og livsglede!

Arrangør: Diakoniutvalget i Tonsen menighet.



## FN-dagen 2015

lørdag 24. oktober kl 13–16 Årvoll gård

**I år er FN 70 år! I den forbindelse vil Tonsen menighet markere FN-dagen på Årvoll gård med ulike programinnslag fra kl. 14.00.**

**Det blir servering av mat, vafler og kaffe fra kl. 13.00**

Vi får bl.a. besøk av musikerne og sangerne Ingerid Louise Birkeland, Mari Lerseth, Mika Mayumi, Kristin og Marcel Farias og skuespillerne Frode og Liv Birkeland fra Økern Parkteater.

Programmet ledes av diakon Ieva Folmo og Utvalget for internasjonal kontakt i Tonsen menighet.

Velkommen 24. oktober!

For spørsmål om detaljert program:

Kontakt diakon Ieva Folmo på tlf.: 23 62 93 38 mobil: 481 53 164  
E-post: [ieva.folmo@oslo.kirken.no](mailto:ieva.folmo@oslo.kirken.no)

Arrangør: Utvalg for internasjonal kontakt i Tonsen menighet

## Høstens busstur til Sørums

Onsdag 16. september drar Tonsen og Grefsen menigheter på sin årlige felles busstur. Vi deler en buss med 50 plasser, som gir plass til 25 deltagere fra hver menighet.

Årets tur går til Sørums. Første stopp er Hildes gårdsbutikk Bjørkesalen, hvor vi spiser lunsj. Etter lunsjen reiser vi på en guidet tur i området, og drar innom bl.a. toget Tertitten, Blaker skanse og Rånåsfoss kraftstasjon fra 1917. Etter rundturen kommer vi tilbake til Bjørkesalen, hvor det er middag og mulighet til å handle i gårdsbutikken.

Pris: kr. 450. Prisen inkluderer omvisning, lunsj og middag.

For nærmere informasjon og påmelding, ta kontakt med diakon Ieva Folmo på tlf. 23 62 93 38 eller e-post: [ieva.folmo@oslo.kirken.no](mailto:ieva.folmo@oslo.kirken.no).

Påmeldingsfrist: 9. september.