



# Menighetsblad

Heimdal – Tiller – Kolstad

Nr 3 – 2016

**Menighetsbladet har  
besøkt Saupstad skole.  
Se side 4 og 5.**





# Ord til ettertanke

av April Maja Almaas

**Herren svarte: «Mitt ansikt skal gå med, og jeg vil la deg få ro.»**  
(2. Mosesbok 33,14)

Det er meningen at sommerferien skal gi oss en sjanse til å roe oss ned litt. Men, vi lever i en tid da mange sliter med prestasjonspress og stress. Samfunnet forteller oss hele tiden hvordan vi skal se ut, de rette tingene å gjøre, og de tingene vi bare «må» kjøpe. Denne sesongens ukeblader er nå fylt med huskelister for den perfekte sommerferien. Mange av disse «perfekte» feriene lover lykke, men gir oss bare ufullendte forventninger og lite ekte glede og hvile.

Det er mange ting i livet som tilbyr forbigående lykke. Men vår glede fra slike ting svinner ofte bort heller raskt; lik regnbuer og sukkerspinn.

I det 19. århundret revolusjonerte John D. Rockefeller oljeindustrien og ble en av de rikeste menneskene på sin tid. Da Rockefeller ble spurt «Hvor mye penger er nok?», svarte han, «bare litt mer enn det du har.» I dag lever vi i en tidsepoke der «tid er penger,» og det er mye lettere å planlegge å ta et kurs, kjøpe et verktøy eller å ta en pille enn å faktisk sette til side tid for å roe oss ned.

Det er lett å la voksenlivet med sitt stress spise opp livene våre. «I morgen» kan være en liten løgn som vi forteller til oss selv for å utsette det å leve nå. I stedet venter vi med å oppleve livet inntil «en vakker dag.»

Hvor kan vi finne sann hvile i dag?

I fjor hadde jeg muligheten til å ta et kurs ved Viken senteret i Troms. Mens vi var

der gikk vi på en hverdagsgudstjeneste som brukte utsendelsesordene: «Gå i fred. Hvil i Guds nåde.»



Guds nåde er noe vi hverken kan kjøpe eller gjøre oss fortjent til. Guds nåde er en gave som sier oss at vi ikke trenger å være perfekte. Hver og én av oss er allerede skapt i Guds bilde; og vi er elsket, kjent og akseptert av Gud.

Denne sommeren finner du kanskje tid til å stanse litt opp og la skjønnheten i hverdagen blende deg med sin kompleksitet. Og til slutt ønsker jeg deg den dypeste glede. Ikke overfladisk lykke, men mer enn bare regnbuer og sukkerspinn. Jeg snakker om Guds nærvær og nåde – de eneste gavene i livet som kan gi oss sann fred.



## Barn og unge i kirka

[www.tøtsj.no](http://www.tøtsj.no)



### Tiller menighet

#### 1-årssamling

15.6 klokka 17.00 inviterer vi alle de som fyller 1-år i løpet av våren 2016 til 1-årssamling på Tiller menighetscenter. Vi skal spise mat sammen, syng og leke. Alle 1-åringer får tildelt en liten gave. Påmelding senest 12.6 til [ks866@kirken.no](mailto:ks866@kirken.no).

#### Skolestartsmarkering og 6-årsbokutdeling

Søndag 14.8 er alle barn som begynner i første klasse i Tiller området velkommen til en egen gudstjeneste hvor vi markerer skolestart. Alle kommende første klassinger får også delt ut sin egen 6-årsbok i gudstjenesten.



#### Tweens-klubb på KVT

Dette er en klubb for alle 4-8.klassinger. Klubben møtes annenhver fredag mellom klokka 18-20.30 - hele skoleåret på KVT. Tweens-klubb er et samarbeidsprosjekt mellom Tiller menighet, Trondheim frikirke og NLM Betanien. Vi tilbyr mange artige aktiviteter, godt felleskap, bordspill, kiosk og mange flere klubbaktiviteter.

Vi begynner igjen 9. september klokka 18.00. Nye og gamle medlemmer er velkommen!



## For hele FAMILIEN



**Aktiviteter**

**Mat**

Hjertelig velkommen til  
**Spagettigudstjeneste**

**klokka 17.00 – 18.30**

på Tiller menighetscenter, Romemyra 66

*Bli med på en trivelig ettermiddag med hele familien. Vi starter med å spise middag sammen. Det koster 50 kr per familie. Det blir artige leker og aktiviteter i etterkant og en kort og enkel andaktsliknende gudstjeneste som varer cirka 15 minutter.*

Datoer og temaer til høsten:

- 7/9 Fiskeunderet  
-fiskepinner, chips, salat og dip
- 5/10 Hverdagens under  
- Taco
- 2/11 Livets under  
- Makaroni, kjøttboller og tomat saus
- 14/12 Julens under  
- Kurvfest, vi ordner finsk julebakt, pepperkaker, gløgg

*Påmelding senest to dager før:  
Husk å melde allergier.*

*Meld dere på til: Katri Sundvall-Falck, e-post: [ks866@kirken.no](mailto:ks866@kirken.no), tlf 915 30 149*

**Sang**






**Velkommen!**

DEN NORSKE KIRKE  
Tiller menighet



## Heimdal menighet

### Takk for denne gang alle baby-sangere og familiekordeltagere!

Onsdag 8. juni hadde både babysangen og familiekoret sin siste samling før sommerferien. Jeg vil benytte anledningen til å takke alle som har tatt turen til kirkesokkelen denne våren for å være sammen i et trivelig, sosialt og musikalsk fellesskap. Hver onsdag har vi møttes til babysang. Et ukentlig samlingspunkt for flere som er hjemme med sine små. Barn fra 0-1 år har blitt kjent med et lite knippe sanger som foreldrene enkelt kan ta i bruk hjemme. Under lunsjen har vi delt erfaringer og blitt bedre kjent med andre som også er hjemme med sin baby. Babysangen er ikke bare et tilbud der barna får ta del i musikalske opplevelser. Det er også et tilbud der foreldrene får anledning til å ta del i et sosialt fellesskap.



Såpebobler er et fast innslag i babysangen – til glede for både store og små.

Vi ønsker dere velkommen tilbake til baby-sang i Heimdal kirke onsdag 24. august kl. 11.30.

### Familiekor

10 onsdager denne våren har vi møttes til familiekorsamling med middag og korsang. Tilbudet har vokst siden sin oppstart i januar 2016 og flere har vært faste deltagere ved disse samlingene. Koret har deltatt på gudstjenester og vi har til og med fått tatt del i en storslagen familiekorkonsert på Rødde folkehøyskole der både familiekorene fra Byåsen, Byneset og Melhus var med. Vi håper at koret vil fortsette å vokse utover høsten, og ber derfor dere som menighet om å bidra i menighetens givertjeneste rettet mot barne- og



Før korøvelsene har vi hatt en sangstund tilpasset 1-3 åringer, men alle i familien har vært velkommen til å delta.

ungdomsarbeidet i menigheten. Se under «små Nytt» for videre informasjon.

Det har vært en glede å bli kjent med dere! Til høsten ønsker vi både nye og gamle familiekorsangere tilbake til samling onsdag 7. september kl. 16.00-18.00.

### Stor oppslutning på vårsamling for 3-åringer!

Torsdag 21. april møttes nærmere 25 3-åringer fra Heimdal og Kolstad med familier, i Kolstad kirke for middag og musikkksamling med temaet «det bitte lille frøet». Barna fikk servert pølser og saft før de alle satte seg inn i kirkerommet. I samlingen sang de kjente sanger som blant andre «Blomster små, gule, blå» og «Alle fugler små de er» mens de sakte fikk se et tre vokse frem på veggen bak alteret. Et frø var sådd og opplevelsen av å se det spire og gro var magisk – både for små og store. En bonde kom på besøk og som en gave fikk hver og en sitt helt eget frø, sådd i en liten glasskrukke.

Vi vil takke alle som kom til Kolstad kirke denne dagen. Neste år inviteres alle nye treåringer til en lignende samling og vi håper at suksessen kan gjentas.

### Bli med på SommerHeimdal onsdag 22. - fredag 24. juni!

Alle barn født i 2004, 2005 og 2006 inviteres til SommerHeimdal de tre første dagene i sommerferien! Arrangementet vil ha sin base på Heimdal, men med utflukter som vil variere fra dag til dag. Siste skole-

dag i år er tirsdag 21. juni – og hva er vel ikke bedre enn å gå inn i sommerferien med 3 dager stappet full med spennende innhold? Se etter plakater følg med på menighetens hjemmeside, [www.kirken.no/heimdal](http://www.kirken.no/heimdal), for nærmere informasjon.



Vi håper at du vil bli med! Ta kontakt med menighetspedagog Ingvild W. Flølo via e-post, [IF434@kirken.no](mailto:IF434@kirken.no), eller telefon, 913 94 780, dersom du har spørsmål knyttet til arrangementet.

## Felles for Heimdal, Kolstad og Tiller

### Under- og undredag

Vi inviterer alle barn født 2009 fra Kolstad, Heimdal og Tiller menigheter til å bli med Under- og undredag 12. august. Det kommer til å bli en spennende dag med mange artige aktiviteter. Følg med, invitasjonen kommer i posten.

# Hele verden på skolen!



**- Vi har hele verden på Saupstad skole, sier rektor Inger Sagen Hasselø (t.h.). Det er en fantastisk ressurs. Vi får så mange innfallsvinkler til læringsarbeidet.**

Menighetsbladet besøker Saupstad skole fredag før pinse og 17. mai. Det er full aktivitet overalt. Elever med bakgrunn fra mange land tegner og maler og klipper og limer – maiblomster og norske flagg. På et av trinnene øver de også på en grunnlovss-rapp. I et annet rom sitter elevene konsentrert over matteoppgaver, og i et tredje foregår det engelskundervisning med digital tavle. Skolen er full av liv og læring. Og grunntonen er tilhørighet.



- Det er viktig at alle kjenner tilhørighet her, sier Inger Hasselø. Vi har rundt 250 elever. Omtrent 60 prosent av dem har fa-

milier fra et annet land enn Norge. En tredjedel har opprinnelse fra Tyrkia, de aller fleste faktisk fra samme lille by, Tavscancali utenfor Konya. I alt er over tretti språk representert på skolen. Vi har også en gruppe nyankomne mottakselever fra land som Syria, Afghanistan, Eritrea, Somalia og arbeidsinnvandrere fra europeiske land. Men vi har ingen særtiltak for mottaket. Barna får tilhørighet på et trinn fra dag 1.

**- Hva gjør dette mangfoldet med en skole som Saupstad?**

- Det har blitt en selvfølgelig del av skolen: Slik er det her. Vi har jobba mye med verdier. Verdier må innarbeides, ikke bare som fine formuleringer, de må få uttrykk i praksis. Du møter mange menneskeskjebner på skolen og mange mennesker med andre perspektiver på livet og verden, så vi har øvd på toleranse og respekt for andre. Vi må skape kontakt og bygge gode relasjoner, og respekten kan ytre seg helt ned til så enkle ting som å hilse på alle hver morgen.

**- Men møter dere ikke utfordringer nettopp i sånne ting som å hilse på hverandre?**

- Barna lærer seg fort at «sånn er skikken

her». Overfor foreldrene jobber vi med forventninger til skolen og med å forklare hvorfor vi gjør som vi gjør. Det er utrolig hvor langt en kommer om en bare forklarer.

**- Du sa noe om at mangfoldet er en ressurs i læringsarbeidet?**

- Ja, for eksempel i KRLE-faget, altså religion- og livssynsfaget. Det faget har blitt viktigere enn før, ja, det har faktisk blitt et fag som lærerne slåss om å få ha. For her har vi elever som kan og vet så mye om ulike religioner, og vi kan reflektere sammen med ungene. Vi har en uke vi kaller «VI-uka». I fjor handlet den om «VI og verdens religioner», og den skapte et utrolig engasjement både blant elever og voksne. Alle trinn besøkte ulike gudshus i løpet av uka. Skolens bibliotek var innredet med tema knyttet til de ulike religionene og endret seg hver dag gjennom uka. Kunnskap og respekt var viktige mål, og det ligger en fantastisk kraft i felles opplevelser. Her på Saupstad er også nesten alle barna med når det er skolegudstjeneste i kirka.

**- Hvilke utfordringer møter dere på en flerkulturell skole?**

- Du får ingenting gratis, ofte må vi jobbe

litt ekstra, f.eks. med språk og begrep i alle fag. Språk er jo så viktig for å forstå og lære fag. Men dette ekstraarbeidet får positive virkninger, ikke bare for elever som har spesielle behov, men for alle. Alle lærer mer og grundigere. Vi har lyktes med å få tak i lærere som vil satse det lille ekstra, og medarbeiderundersøkelser viser at de er stolte av å jobbe her.

**- Hvorfor?**

- De vet at de gjør en forskjell, at det de gjør betyr noe. Og de ser at skolen er enda viktigere for mange av elevene våre enn for mange andre norske barn.

**- Hva med foreldrene?**

- Også der må vi legge inn noen ekstra tiltak, som norskopplæring for foreldre, ikke minst for mødre. Eller veiledningskurs som kan hjelpe foreldre med hvordan de kan oppdra og støtte barna sine i de nye norske kulturomgivelsene. Men også dette er med på å bygge tillit – det er tillitsarbeid.

**- Er det viktig at det også er elever med norsk som morsmål her?**

- Ja, det er viktig at elevene våre får være i et norskspråklig miljø. Dette har jo med bosettingspolitikk å gjøre. Men det er ikke mange som søker seg bort fra vårt område. Vi har fornøyde foreldre, og skolen har et godt rykte fra dem som kjenner den.

**- Og hvilken rolle mener du skolen har i framtidens Norge?**

- Skolen spiller en helt sentral rolle for å påvirke holdninger, ikke minst når det gjel-



der måten vi møter mennesker på. Og vi vet jo hvor viktig det er at unger – ja, foreldrene også – fort kommer i aktivitet og får venner og tilhørighet.

Tekst: Jon Smidt.  
Foto: Matthias Alpermann

**Elever på 3. trinn om hva som er bra med Saupstad skole:**

- Artig! Vi lærer å gjøre artige ting!
- Bra lekser – for eksempel matte!
- Gode samtaler med lærerne hvis det hender noe.
- Snille lærere og grei rektor.
- Alle barna er snille.
- Mange aktiviteter!
- Elevene får være med å bestemme.
- Alle skal respektere andre.

**Ida Hepsø,**

kontaktlærer på 3. trinn om å jobbe på Saupstad:

- Det er interese og utfordrende. Du skal fjerne mange ulike elever, og det du setter i gang skal fungere for alle. At det er så mange ulike språk her, betyr at du må jobbe litt ekstra med forståelsen og med å konkretisere, men det gir bedre læring for alle.



# Gudstjenester



Dag – dato - pretekst	Heimdal kirke	Tiller kirke	Kolstad kirke
Søndag 19. juni 5. søndag i treenighetstiden Matt. 18, 12 – 18.	Kl. 11:00 Gudstjeneste m/dåp og nattverd. Nome. Offer: Engen kloster	Kl. 11.00: Gudstjeneste med dåp og nattverd. Thuen Offer: Menighetsarbeidet	Kl. 11:00 Gudstjeneste m/dåp og nattverd. Robertstad Offer: Menighetsarbeidet
Søndag 26. juni 6. søndag i treenighetstiden Aposteldagen Mark 3, 13 – 19.	Kl. 11:00 Gudstjeneste m/dåp og nattverd. Løvenskiold Grüner. Offer: Misjonsprosjektet i Estland.	Ingen gudstjeneste	Ingen gudstjeneste
Søndag 3. juli 7. s i treenighetstiden Mark 5,25-34	Ingen gudstjeneste	Kl. 11.00: Gudstjeneste med dåp og nattverd. Andresen. Offer:	Kl. 19.00 Kveldsmesse m/nattverd. Robertstad. Offer: Menighetsarbeidet.
Søndag 10. juli 8. s i treenighetstiden Mark 12,28-34	Kl. 11:00: Gudstjeneste m/dåp og nattverd. Løvenskiold Grüner. Offer: Eget arbeid.	Kl. 11.00: Gudstjeneste med dåp og nattverd. Andresen. Offer:	Kl. 11.00 Gudstjeneste m/dåp og nattverd. Robertstad. Offer: Menighetsarbeidet.
Søndag 17. juli 9. s i treenighetstiden Luk 6,36-42	Heimdal kirke er stengt. Ingen gudstjeneste.	Ingen gudstjeneste	Kl. 11.00 Gudstjeneste m/dåp og nattverd. Robertstad. Offer: Menighetsarbeidet.
Søndag 24. juli 10. s i treenighetstiden Mark 11,25-26	Heimdal kirke er stengt. Ingen gudstjeneste.	Kl. 11.00: Gudstjeneste med dåp og nattverd. Thuen Offer:	
Søndag 31. juli 11. s i treenighetstiden Joh 8,31-36	Kl. 11:00: Gudstjeneste m/dåp. Alpermann. Offer: Eget arbeid.	Kl. 11.30: Utegudstjeneste på Flotten Thuen.	Kl. 13.00 Nattverd gudstjeneste på Søbstad helsehus. Alpermann.
Søndag 7. august 12. s i treenighetstiden Joh 4,27-30.39-43	Ingen gudstjeneste	Ingen gudstjeneste	Kl. 19.00 Kveldsmesse m/nattverd. Alpermann. Offer: Menighetsarbeidet.
Søndag 14. august 13. s i treenighetstiden Joh 15,13-17	Kl. 11:00 Familiegudstjeneste m/dåp. Løvenskiold Grüner. Offer: Eget arbeid	Kl. 11.00: Familiegudstjeneste med utdeling av 6 - årsbok til skolestartere. Thuen. Offer:	Kl. 11.00 Gudstjeneste m/dåp og nattverd. Alpermann. Offer: Menighetsarbeidet.
Søndag 21. august Vingårdssøndag Matt 19,27-30	Kl. 11:00 Gudstjeneste m/dåp og nattverd. Aasen. Offer: KVT.	Kl. 11.00: Gudstjeneste med dåp og nattverd. Andresen. Offer:	Kl. 11.00 Gudstjeneste m/dåp og nattverd. Robertstad. Offer: Menighetsarbeidet.
Søndag 28. august 15. s i treenighetstiden Joh 15,9-12	Kl. 11:00 Gudstjeneste m/dåp. Konfirmantpresentasjon. Vikar. Offer: Eget arbeid.	Kl. 11.00: Gudstjeneste med dåp og nattverd. Thuen. Offer:	Kl. 11.00 Familiegudstjeneste m/dåp. Alpermann. Menighetens barnekor deltar. Utdeling av 6-årsbok. Offer: Himalpartner.
Søndag 4. september 16. s i treenighetstiden Matt 11,16-19	Kl. 11:00 Gudstjeneste m/dåp og nattverd. Aasen/Enstad/Løvenskiold Grüner Offer: Eget arbeid.	Kl. 11.00: Gudstjeneste med konfirmantpresentasjon. Ramampiaro og Andresen. Offer:	Kl. 19.00 Kveldsmesse m/nattverd. Robertstad. Gjest: Sveinung Tennfjord. Offer: Kirkens SOS
Søndag 11. september 17. s i treenighetstiden Mark 5,35-43	Kl. 11:00 Temagudstjeneste m/nattverd: Tro. Løvenskiold Grüner. Offer: Speidere i Trøndelag KFUK/M.	Kl. 11.00: Gudstjeneste med konfirmantpresentasjon. Ramampiaro og Thuen. Offer:	Kl. 11.00 Gudstjeneste m/dåp. Lund Hammer og Alpermann. Konfirmantpresentasjon. Offer: Menighetsarbeidet.
Søndag 18. september 18. s i treenighetstiden Mark 1,40-45	Kl. 11:00 Gudstjeneste m/dåp og nattverd. Nome. Offer: Eget arbeid.	Kl. 11.00: Gudstjeneste med dåp og nattverd. Andresen. Offer:	Kl. 11.00 Gudstjeneste m/dåp. Lund Hammer og Alpermann. Konfirmantpresentasjon. Offer: Menighetsarbeidet.

Dag – dato - pretekst	Heimdal kirke	Tiller kirke	Kolstad kirke
Søndag 25. september 19. s i treenighetstiden Luk 9,57-62	Kl. 11:00 Høsttakkefest. Familiegudstjeneste m/nattverd. Løvenskiold Grüner. Offer: Eget arbeid.	Kl. 11.00: Gudstjeneste med dåp og nattverd. Thuen. Offer:	Kl. 11.00 Familiegudstjeneste m/dåp. Robertstad. Menighetens barnekor deltar. Offer: Menighe- tens misjonsprosjekt i Mali.

## Tanker i tiden ved Åge Søsveen



### Våren, - forventningenes årstid

Vi har flere sikre vårtegn, som streiker eller trusler om streik, cup- og tippeliga-fotball og russefeiring. Et sikkert vårtegn er konfirmasjonene. Det er et fint symbol at disse er lagt til våren. Utviklingen her går stadig mer i retning av forventning, også til selve konfirmasjonen. Den stiller ikke så strenge krav til kunnskap, men markerer mer at konfirmanten selv overtar ansvaret for egen utvikling. Aldri har vel mulighetene vært større mht. å velge sin egen framtid.

Konfirmasjonstiden er lagt opp etter å gi konfirmanten et bedre grunnlag for de valgene som skal gjøres, ikke så mye de konkrete studie- og yrkesvalgene, men hvilke verdier man skal legge vekt på når valgene skal gjøres. Dette er blitt mer aktualisert etter hvert som vi ser hvilke verdier andre kulturer legger vekt på, - ja, at verdier ligger til grunn for utviklingen av samfunnet, - frihet, rettferdighet, likhet, nestekjærlighet, - det å bry seg om hverandre. Ingen har vel vist innholdet i dette bedre enn Jesus Kristus da han gikk omkring og viste innholdet i disse verdiene. Kvinnen ved brønnen er blitt et klassisk eksempel. Disse verdiene lærte konfirmantene noe om i sine undervisningstimer, og leirene skal gi en opplevelse av hvordan slike verdier fungerer i praksis.

«Konfirmasjonen,  
– en start på å bygge en  
framtid i  
forventningenes  
tegn»

I hagearbeid snakkes det om vekstvilkår, – om jordsmonn og vanning. Hvordan gjelder dette konfirmantene?

Vi er mange som sørger for jordsmonnet, – skolen, foreldrene, samfunnet, – og kirken. Det er fortsatt ca. 70 % av alle tenåringene som velger en kirkelig konfirmasjon i Heimdal prosti. Noen som ikke er barnedøpt velger å la seg døpe i konfirmasjonstiden for å bli konfirmert i kirken.

Det er interessant å observere at så mange fortsatt har tillit til at kirken gir et viktig bidrag til «jordsmonnet». Men et godt jordsmonn er ikke nok om det ikke «vannes». Kirkens trosopplæring (for gruppen 0-18 år) tar sikte på å delta i «vanningen», og gjør det på en meget god måte.

Men hvor blir det av konfirmantene? Kun et mindretall tar imot invitasjonene. Blir konfirmasjonen et «farvel til kirken» i stedet for en start på å bygge en framtid i forventningenes tegn? Tror man at samfunnet (som nå er verdinøytralt) har mer å gi enn kirken?

Hva mener dere foresatte?

Deres ansvar slutter ikke med konfirmasjonen, det er snarere da det begynner, – i en utvidet og veiledende form. Kirken viser til Jesus Kristus som hovedveileder.



## Kjære Kolstadkonfirmanter!

Du har nettopp feira konfirmasjonsdagen din. Håper du fikk en fin dag både i kirka og på festen etterpå. Nå er konfirmanttida slutt. Jeg håper og tror at du har hatt en god konfirmanttid. Jeg er glad og takknemlig for at jeg har fått bli kjent med så flotte ungdommer som dere. Vi har opplevd mye sammen bl.a. 2 hyggelige leirer på Mjuklia med undervisning, alvor, moro og gode samtaler. Håper vi møtes igjen. Kanskje du har lyst til å bli ungdomsleder. Ønsker dere alt godt videre og Guds velsignelse over livet ditt.

*Ingunn kateket*



## Hilsen til Heimdalskonfirmantene

Gratulerer med vel overstått!

Takk for gode opplevelser sammen med dere som har vært årets konfirmanter. Dere har vist engasjement og hatt konkurranseinstinkt. Dere har gitt oss utfordringer i form av spørsmål og argumentasjon og dere har gitt oss tilbakemelding om at dere er fornøyd. Vi har hatt det flott sammen med dere på leirer og i undervisningstimer. Dere gjorde en strålende innsats ved fasteaksjonen.

Dere har deltatt på en god måte ved gudstjenester og vært en synlig del av vårt fellesskap. Vi har ungdom og konfirmanter vi kan være stolte av. Dere er en flott gjeng! Nå er dere ikke lenger konfirmanter, men dere som er ungdom er viktige i fellesskapet. Vi håper på å treffe dere igjen.

Takk for følget gjennom dette året og alle gode ønsker for veien videre.

*Kristin kateket*







### Hilsen til Tillerkonfirmantene

Kjære konfirmanter! Jeg vil takke dere for mange gode møter og samtaler. Takk for velviljen og interessen dere har vist, for positiviteten og smilene. Takk for at jeg har fått bli litt kjent med dere! Dere har gjort en flott innsats med deltakelse i ulike gudstjenester gjennom konfirmantåret, og på Kirkens Nødhjelp sin fasteaksjon. Jeg er stolt av dere! Takk for at dere har vært med på å gjøre dette til et innholdsrikt, spennende og godt konfirmantår.

"For jeg vet hvilke tanker jeg har med dere, sier Herren, fredstanker og ikke ulykkestanker. Jeg vil gi dere fremtid og håp."

Jer 29,11

Hilsen Grethe kateket

## Givertjenesten i Heimdal menighet

I anledning ungdomskorets jubileum ønsker vi å gjenoppfriske givertjenesten. Vi håper du vil være med å støtte. Pengene vil bl.a. gå til lønning av dirigent og øvrige utgifter i forbindelse med barne- og ungdomsarbeidet.

*Hvordan går man frem for å bli giver?*

- Registrer deg som giver hos kirkekontoret på tlf. 468 55 625 eller [post.heimdal.trondheim@kirken.no](mailto:post.heimdal.trondheim@kirken.no).
- Opprett et fast oppdrag i nettbanken din til kontonummer 8601.43.54095 eller be om å få tilsendt giroer fra kirkekontoret. Om du ønsker kan du få tilsendt påminnelse 2 ganger i året. Gi i så fall beskjed om dette til kirkekontoret.
- Dersom du ønsker å gi en engangssum kan dette overføres til kontonummer 8601.43.54095. Husk å skrive i kommentarfeltet: Givertjeneste barne- og ungdomsarbeidet.
- I løpet av året vil det også bli mulig å gi via mobil (se oppdatert informasjon på våre nettsider [www.kirken.no/heimdal](http://www.kirken.no/heimdal)). Målet vårt er å samle inn 40 000 kr årlig. Du får skattefritak ved gaver fra og med 500 kr per år dersom du oppgir fødselsnummer til kirkekontoret.

## Heimdal kirkekor

Høstens første korøvelse for Heimdal kirkekor blir tirsdag 30. august kl. 19.30. Vi øver i Heimdal kirke og ønsker nye og gamle sangere velkommen.

## Konsert med Thunder TenSing

Konsert med Thunder TenSing onsdag 15. juni kl. 19.00 på Misjonssalen på Heimdal. Fullt band og full trøkk med et tjuetalls sangglade ungdommer, med pop, rock og gospel. Gratis inngang. Kollekt ved utgangen. Kaffe og kaker.

## Sommerlunsj for alle

Onsdag 22. juni blir det sommerlunsj på kaféen til KokkeLise på Kattem Helse- og velferdssenter fra kl. 12-14. Sommerlunsjen er åpen for alle ☺ Pris ca 150 kr. Meld deg på til Marit diakon, tlf. 414 18 322 eller mail [mb758@kirken.no](mailto:mb758@kirken.no) innen 21. juni kl. 14 på grunn av bestilling av sommertallerken og kake.

## Stenging av Heimdal kirke

I forbindelse med utvidelse og oppussing av Heimdal kirke vil kirken være stengt i tidsrommet f.o.m. 11. juli t.o.m. 29. juli. I denne perioden er det bare sommeråpen kirke som går som normalt. Ellers ingen gudstjenester eller andre aktiviteter i kirka.

## Sommeråpen kirke og åpen kirke

Hver tirsdag fra kl. 11 til kl. 12 i perioden fra og med 21. juni til og med 16. august er du hjertelig velkommen til sommeråpen kirke i kirkesokkelen. Ta med matpakke, vi serverer kaffe og te. Programmet består av en enkel andakt, allsang og så spiser vi sammen.

Tirsdag 23. august kl. 10.45 starter høstens **åpen kirke** opp igjen med utlodning og sangstund. Utover høsten fortsetter programmet som vanlig med en enkel gudstjeneste og påfølgende sosial samling med lunsj. Gjest ca annenhver gang.

## Turgruppa

Onsdag 31. august er første dag med turgruppa etter sommeren. For deg som er hjemme på formiddagen og trenger/likes å gå tur! ☺ Dette er et tilbud for alle uansett alder! En fin måte å være sammen på, bli kjent med nye mennesker, samtale, gå i stillhet...

Vi møtes onsdager kl. 11 på Saupstad skistadion, parkeringsplassen. Vi går en liten time, har rastepause (varighet etter været) og går tilbake til utgangspunktet. Vi avslutter senest kl. 14. Ta med sitteunderlag, mat/drikke og klær etter vær!

## Temagudstjenester høsten 2016

Menigheten vil i høst feire tre temagudstjenester, sentrert om de tre temaene «Tro», «Velsignelse», «Å kjempe med Gud - og vinne», representert ved de tre patriarkene Abraham, Isak og Jakob. Rammen er gudstjenester med nattverd. Ved siden av kunstneriske innslag, vil hver av gudstjenestene inneholde en meditativ andakt over hvert av temaene, knyttet til tekster fra Det gamle testamente. Vi ser fram til en spennende høst!

## Dugnad Heimdal

Et glimt fra årets dugnad. Tusen takk til alle som deltok. Sett av datoen for neste års dugnad: 24. april 2017 ☺



## Ønsker du besøk eller samtale?

Er du en eller vet du av noen som ønsker besøk/samtale med prest/diakon fra menigheten? Det er viktig at du/dere sier ifra til oss om dette. Vi har dessverre ikke mulighet til å fange opp dette på noen annen måte!



Livet kan by på både store og små utfordringer i alle aldre, og kanskje er ensomheten den største? Noen gang kan det være godt å snakke med noen som ikke er familie eller venner. Prest og diakon har kompetanse innen samtale/sjelesorg og har taushetsplikt. Det er du som bestemmer hva du ønsker å snakke om!

Ta kontakt med oss på Heimdal kirkekontor: Heimdalsvegen 4, [post.heimdal.trondheim@kirken.no](mailto:post.heimdal.trondheim@kirken.no) eller tlf. 468 55 625.

Se også direkte telefonnummer under ansatte i dette bladet.

## Vil du være en besøksvenn?

Har du litt ledig tid som du kan tenke deg å bruke som besøksvenn? Det vil si å være et medmenneske, komme på besøk til en som trenger deg å prate med eller kanskje gå en tur sammen. Hvor ofte avtales mellom dere, og vi som kjenner vedkommende er med første gang slik at dere begge kan si noe om hvordan kontakten mellom dere kan være ok!

Ta kontakt med diakon i Heimdal menighet, tlf. 414 18 322, om du kan tenke deg en slik oppgave.

En ting er sikkert: DU TRENGS!

# smånytt fra Tiller

## Utegudstjeneste 31. juli

Søndag 31. juli blir det en gudstjeneste under andre omgivelser. Den skal nemlig foregå på Tiller gamle kirkegård, Flotten. Tidspunktet er 11:30. Tiller sanitetsforening står for kirkekaffe. Vel møtt!

## Tweens starter opp igjen fredag 9. september

Sted: KVT

Tid: Fredager i partallsuker kl 18-2030

Hvem: 4.-8. klassinger

Hva: Den første timen kan du velge mellom sportslige aktiviteter eller forming/baking/dans og drama. Deretter blir det andakt, kiosk, brettspill og hygge.

## Tiller KFUK-KFUM-speidere starter opp igjen mandag 29. august

Sted: I skogen ved Tiller menighetscenter

Tid: Mandager i oddetallsuker

Kl 1730-1830 for 1.-2. klassinger

Kl 1830-2000 for 3. klassinger og eldre

Hvem: Alle barn i skolealder

Hva: Speiderarbeid



## Barnekoret TIMBAKO har høstens første øvelse 31. august kl. 17.30

Vi møtes til korøving annenhver onsdag kl. 1730 – 1815 på Tiller menighetscenter, Romemyra 66. TIMBAKO er for barn i alderen 5-9 år, vi ønsker oss flere barn som blir med og synger. Eli Romstad Helgemo dirigerer og vi gleder oss til å komme i gang. Spørsmål kan rettes til Knut-Inge Klock på e-post [kk727@kirken.no](mailto:kk727@kirken.no) eller tlf. 908 11 370.

## 4-årskor

I november og desember blir det kor for alle som fyller 4 år i løpet av 2016.

## Formiddagstreff på Tiller menighetscenter

Andre torsdag i måneden fra klokken 11.30 til 13.30 samles vi til formiddagstreff på Tiller menighetscenter, Romemyra 66. På formiddagstreffet kan du oppleve trivelig samvær, høre interessante foredrag og andakter, kjøpe lodd og spise påsmurte smørbrød med kaffe eller te. Formiddagstreffet er åpent for alle. Datoer til

høsten er: 8. september, 13. oktober, 10. november og 8. desember.

**Tiller kirkekor** har høstens første øvelse tirsdag 30. august kl. 20-22 på Tiller menighetscenter Romemyra 66  
Koret øver hver tirsdag og tar inn nye medlemmer, for informasjon ta kontakt med Knut-Inge Klock på epost [kk727@kirken.no](mailto:kk727@kirken.no) eller tlf. 908 11 370.

## Vil du be sammen?

### Bønnegruppe første tirsdag i måneden kl. 11:00

Vi samles på Tiller menighetscenter, Romemyra 66. Datoer til høsten er: 2. august, 6. september, 4. oktober, 1. november og 6. desember. Ta med matpakke. Vi avslutter med felles lunsj med staben. Du kan også sende et anonymt bønneemne via vår nettside, [www.kirken.no/tiller](http://www.kirken.no/tiller), snarveiblokk Diakoni og Omsorg.

## Pilegrimsvandring ved Haukvatnet

Har du noen ganger hatt lyst til å bli med på en pilegrimsvandring, men veien har vært for lang eller vanskelig? 8. september klokken 17.00 er det mulig å delta på en pilegrimsvandring, som er tilgjengelig for alle.



Vi begynner med en enkel middag klokken 17.00. Felles avslutning.

Pilegrimsvandring er et samarbeid mellom Heimdal og Byåsen prosti og Handikapforbundet. Om ønskelig kan vi ordne med skyss.

For nærmere info eller bestilling av skyss kontakt en av våre diakoner:






Heimdal prosti: Kaarina Kauppila mail: [kk876@kirken.no](mailto:kk876@kirken.no) tlf.: 482 38 105

Byåsen prosti: Anne Talsnes Flatmo mail: [af285@kirken.no](mailto:af285@kirken.no) tlf.: 905 83 293

## Påmelding seinest 5. september.



# smånytt fra Kolstad

Aldersgruppe	Aktivitet	Tidspunkt
0- 2 år 	<b>Babysang</b> - Babysang er en fin mulighet til å bli kjent med andre foreldre med barn i alderen fra 0 år og oppover. Ta med matpakke (eller kjøp noe til kr 30,-), vi ordner med drikke.	<b>Tirsdag kl 11.00-13.00</b> August: 23. September: 06. og 20.
4 – 8 år 	<b>KOMBA-JA!</b> «Barnekor i Kolstad kirke». Å synge i kor er en kjempefin hobby! I barnekoret Komba-ja får du lære mange fine og morsomme sanger og lære å bruke stemmen som instrument. Du får opptre for andre og du kan få mange nye venner!	<b>Onsdag: 4-5-åringer over kl. 17:00-17:45, 6-8-åringer kl. 18:00-18:45.</b> kveldsmat eller frukt/kjeks etter øvelsene - vi følger skolenuta!
13 – 18 år 	<b>Ungdomsklubb</b> - I sokkelen til Kolstad kirke kan du høre på musikk, danse, spille biljard eller bordtennis, prøve ut "Singstar" og mer. På klubben kan du kjøpe litt drikke og noe å bite i til en overkommelig pris.	<b>Fredag kl 19.00-23.30</b> - sommerpause f.o.m. mai.
51+ 	<b>Åpen samling – 3T</b> - Det er et samarbeidsprosjekt mellom Brukerrådet på Søbstad helsehus og diakoniutvalget. 3T står for: tanker, toner, tekster og det er enkel servering. Møtene er på Søbstad bydelskafe/storstua.	<b>Torsdag kl 17.00-18.30</b> September: 09. og 23.
(Godt) voksne 	<b>Onsdagstreff</b> - På onsdagstreffet er det først og fremst hyggelig sosialt samvær med festlige innslag eller foredrag, andakt og allsang og ikke minst: GOD MAT!	<b>Onsdag kl 11.30-13.30</b> Juni: 08. August: 31. September: 21.

## «Førsteklasses gudstjeneste»

28. august kl 11 er det familiegudstjeneste i Kolstad kirke, der spesielt førsteklassinger er invitert. De får utdelt 6-årsbok til skolestarten; menighetens barnekoret vil delta og det blir sikkert masse godt etter gudstjenesten! Alle som hører til Den norske kirke i Kolstad menighet og begynner på skolen vil få invitasjon i posten. Gleder oss til å se dere!

## Lyst på spagetti?

Da er du velkommen til spagettigudstjenesten for småbarnsfamilier på torsdag, 8. september kl. 16.30. Det blir middag for 30 kr.pr. person/100 kr.pr. familie og vi skal ha en samling i kirkerommet etterpå. Påmelding innen mandag, 5. september til GS298@kirken.no. Førstemann til mølla!

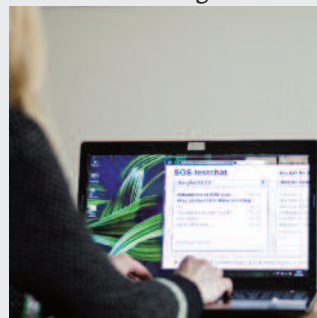


## Vi ser – Vi støtter – Vi styrker

### Vil du bli en av oss?

## Bli frivillig medarbeider i Kirkens SOS!

Kirkens SOS er Norges største døgnåpne krisetjeneste på telefon og internett. Utgangspunktet vårt er et ønske om å fremme livsmot og håp i møte med mennesker i følelsesmessige og eksistensielle kriser. For noen er Kirkens SOS livsviktig. Uansett om det handler om grunnleggende kriser som for eks tanker om å ta sitt eget liv, eller det handler om behovet for noen å prate med som evner å lytte, så er det rom for alle. Vi er her. Alltid. I 2015 besvarte Kirkens SOS i Norge



161 627 henvendelser pr. telefon (22 40 00 40), hvorav 15 011 ble besvart ved senteret i Trondheim. For å kunne tilby dagens ungdom et kommunikasjonsmedium der de føler seg hjemme, har Kirkens SOS også opprettet en chattetjeneste, SOS-chat, som vi i Trondheim er med på å bemanne. I 2015 besvarte vi 1928 chatter. Mange av de som chatter med Kirkens SOS er unge mennesker som strever med tunge tanker. De frivillige medarbeiderne er vanlige mennesker med ulike livserfaringer, og det er de som utgjør ryggraden i Kirkens SOS. De er frivillige som lytter og som møter alle som tar kontakt med respekt, og som bekrefter inn skriver og innringers menneskeverd. Vil du bli frivillig hos oss i Kirkens SOS i Trøndelag? Ta kontakt for å få vite mer om vår krisetelefon eller chattetjeneste. Vi gir 40-timers gratis kurs i samtalemetodikk og krisehåndtering som starter 19. september.

**www.kirkens-sos.no**  
**kirkenssos.trondelag@bymisjon.no. Telefon 920 34 548.**

## Heimdal

### Døpte

- 10.04.16 Sophia Soligard Frandsen  
Mathilde Gjønvik Løvseth  
Kasper Kojan Kristensen  
Evander Lund Hagh  
Jonis Mohammed Noor
- 01.05.16 Frida Forseth Ankersen  
Peter Pallin Larsen  
Ingrid Myrstad Haugen  
Emma Katerine Elverum
- 15.05.16 Jacob Sagen  
Isak Mienna

### Vigde

- 02.04.16 Cecilie Campbell Hagen og  
Ola Magne Vagnildhaug

### Døde

- 03.04.16 Aase Dørum  
10.04.16 Bjarne Henry Søreng  
11.04.16 Stein Inge Storvik  
11.04.16 Alf Sigurd Størdal  
13.04.16 Martin Hjelseth  
01.05.16 Solrun Haug  
05.05.16 Aasmund Olav Nesheim Istad  
06.05.16 Kjell Tore Wanvik

## Tiller

### Døpte

- 03.04 Amalie Dybmyr-Østgaard  
Niklas Thorsen  
Aksel Jørgensen Wågø  
Ylva Bakos Brevik
- 10.04 Eline Brekke Falkfjell  
Jenny Reinsberg Santi
- 17.04 Magnus Dybos Nes
- 24.04 Sander Øyum El-Kelish  
Sara Rimol  
Victor Sivertsen Krogstad  
Harald Andreas Holtan Mathisen  
(fra Grorud)
- 15.05 Julian Viktil Volden  
Julie Alexandra Schei-Ursulescu  
(fra Heimdal)  
Maiken Juul Bjørvik

### Vigde

- 27.02 Beate Skogseth og  
Per Christer Erikson
- 03.04 Maya Østgaard og Martin Østgaard

### Døde

- 01.03 Britt Mofoss  
21.03 Ole Birger Pedersen  
18.04. Aasta Johanne Singstad Ofstad  
19.04 Roald Jarle Karlsen

## Kolstad

### Døpte

- 10.04 Nilas Hansen Olderø (fra Hoeggen)  
Johan Nilssen Lilleaker
- 17.04 Lisa Kjølraug Opsahl  
Jenny Sætre Øyasæter  
Lilly Janine Størseth
- 24.04 Martin Balacuit Årbogen

### Døde

- 17.03 Alexsander Kaarvand Loraas  
28.03 Torstein Hovelsen  
02.04 Liv Dagmar Wikaas  
03.04 Ingeborg Løvseth Tonning  
06.04 Anna Skjervold  
17.04 Jan Åge Aune  
18.04 Mary Alfrida Kristensen

«13-99»

### SAMTALETILBUD PÅ CITY SYD.

HVER TORSDAG KLOKKA  
10:30 - 13:30  
PÅ EGON,  
2. ETASJE BORD 57.

Snakk med diakon eller prest!



# Ansatte

## Heimdal menighet

Heimdal preste- og menighetskontor, Prosten i Heimdal, Heimdalsvn 4.  
7080 Heimdal. e-post: [post.heimdal.trondheim@kirken.no](mailto:post.heimdal.trondheim@kirken.no)  
Hjemmeside: [www.kirken.no/heimdal](http://www.kirken.no/heimdal)  
Kontortid man-fred: 10.00-14.00 Kirkens Servicekontor: 994 36 000



Menighetsforvalter Iselin M Kufoalor, 468 55 625  
E-post: [ik455@kirken.no](mailto:ik455@kirken.no)



Sokneprest Hilde-Anette Løvenskiold Grüner, 948 46 011  
E-post: [hg255@kirken.no](mailto:hg255@kirken.no)



Kapellan Sveinung Enstad, 932 69 690 (Permisjon)  
E-post: [se298@kirken.no](mailto:se298@kirken.no)



Kapellan April Maja Almaas, 477 19 987  
E-post: [aa752@kirken.no](mailto:aa752@kirken.no)



Diakon Marit Brenne, 414 18 322  
E-post: [mb758@kirken.no](mailto:mb758@kirken.no)



Kateket Kristin Kosberg Ofstad, 468 07 937  
E-post: [ko827@kirken.no](mailto:ko827@kirken.no)



Kirketjener Arne Kristian Sesseng, 468 43 227  
E-post: [as754@kirken.no](mailto:as754@kirken.no)



Kantor Håkon Grotnes, 971 15 210  
E-post: [hg957@kirken.no](mailto:hg957@kirken.no)



Menighetsrådsleder Ivar Yrke, 907 88 933  
E-post: [ivar.yrke@getmail.no](mailto:ivar.yrke@getmail.no)

Heimdal kirke, kirketjener, Tlf 41468392

## Kolstad menighet

Postboks 9605, Saupstad, 7478 Trondheim  
Telefon 90 98 64 90, Faks 72 58 51 34 Kontortid man-fre kl 10-14  
e-post: [post.kolstad.trondheim@kirken.no](mailto:post.kolstad.trondheim@kirken.no)  
Hjemmeside: [www.kirken.no/kolstad](http://www.kirken.no/kolstad)  
Kirkens Servicekontor: 9943 6000



Menighetsforvalter Siri Christine Næss, 907 15 688  
E-post: [SN392@kirken.no](mailto:SN392@kirken.no)



Sokneprest Matthias Alpermann, 948 81 795  
E-post: [MA779@kirken.no](mailto:MA779@kirken.no)



Prest Per Even Robertstad, 948 81 374  
E-post: [PR692@kirken.no](mailto:PR692@kirken.no)



Kantor Erling With Aasgård, 948 11 489  
E-post: [EA626@kirken.no](mailto:EA626@kirken.no)



Kateket Ingunn Lund Hammer, 948 82 154  
E-post: [IH652@kirken.no](mailto:IH652@kirken.no)



Diakon Inger Johanne Kristiseter, 414 68 222  
E-post: [IK447@kirken.no](mailto:IK447@kirken.no)



Menighetsrådsleder Rolf Giskeødegård 916 19 044  
E-post: [rolf.giskeodegard@gmail.com](mailto:rolf.giskeodegard@gmail.com)

## Tiller menighet

Tiller preste- og menighetskontor  
Romemyra 66, 7091 Tiller.  
e-post: [post.tiller.trondheim@kirken.no](mailto:post.tiller.trondheim@kirken.no)  
Hjemmeside: [www.kirken.no/tiller](http://www.kirken.no/tiller)  
Kontortid tirs-fre: 10:00-14:00  
Kirkens Servicekontor: 9943 6000



Menighetsforvalter Siri Christine Næss, 907 15 688  
E-post: [sn392@kirken.no](mailto:sn392@kirken.no)



Sokneprest Oddny Clara Andresen, 905 21 229  
E-post: [oa293@kirken.no](mailto:oa293@kirken.no)



Kapellan Tord Kristian Thuen, 917 09 111  
E-post: [tt647@kirken.no](mailto:tt647@kirken.no)



Diakon Kaarina Kauppila, 482 38 105  
E-post: [kk876@kirken.no](mailto:kk876@kirken.no)



Kateket Grethe Ramampiaro, 922 97 942  
E-post: [gr995@kirken.no](mailto:gr995@kirken.no)



Kantor Knut-Inge Klock, 908 11 370  
E-post: [kk727@kirken.no](mailto:kk727@kirken.no)



Kirketjener Magnhild Haraldseide Hofsøy, Tlf. 920 41 607



Kirketjener Einar Landrø, 415 59 745



Menighetsrådsleder Leiv Elvestad  
E-post: [leiv.elvestad@g.mail.com](mailto:leiv.elvestad@g.mail.com)

## Ansatte i Heimdal Prosti



Enhetsleder, vikar: Helge Rask, 456 19 805  
E-post: [hr642@kirken.no](mailto:hr642@kirken.no)



Menighetspedagog Ingvild Winsnes Flølo, 913 94 780  
E-post: [lf434@kirken.no](mailto:lf434@kirken.no)



Trosopplæringskoordinator Bjørn-Olav Berg, 915 17 842  
E-post: [bb285@kirken.no](mailto:bb285@kirken.no)



Kateket i trosopplæring Katri Sundvall-Falck, 915 30 149  
E-post: [ks866@kirken.no](mailto:ks866@kirken.no)



Prost Bertel Aasen, 456 19 825  
E-post: [ba663@kirken.no](mailto:ba663@kirken.no)



Prostiprest Thore Nome, 908 18 156  
E-post: [tn585@kirken.no](mailto:tn585@kirken.no)



Menighetspedagog Grete Westrum Sortland, 916 03 978  
E-post: [GS298@kirken.no](mailto:GS298@kirken.no)

**EXTRA**

2% kjøpeutbytte på alt du handler

**Obs**

2% kjøpeutbytte på alt du handler

City Lade - City Syd

**coop  
prix**

2% kjøpeutbytte på alt du handler

**ALBERT VOLD**  
Interiør AS

**VIGDAL**  
begravelsesbyrå as

Boks 65 7221 Melhus [www.vigdal.no](http://www.vigdal.no) Etablert i 1922

DØGNVAKT  
72 87 10 22

**Elveseter**  
begravelsesbyrå

Ingen tillegg ved samtale i hjemmet

Døgnvakt  
Tlf. 72 84 50 80  
E-post: [kontakt@elveseter.com](mailto:kontakt@elveseter.com)  
[www.elveseter.com](http://www.elveseter.com)

**REMA 1000**

REMA 1000 Saupstad  
Saupstadringen 1 B, 7078 SAUPSTAD

**FOLDE**

REGNSKAP & RÅDGIVNING  
AUTORISERT REGNSKAPSFØRERSKAP

Telefon: 72 58 44 88  
[firmapost@folderegnskap.no](mailto:firmapost@folderegnskap.no)  
[www.folderegnskap.no](http://www.folderegnskap.no)

**Fremstad & Rokseth**  
Autorisert el.installatør

Ringvålveien 22, 7080 Heimdal  
Tlf. 72 84 67 75, Mobil 92 80 44 11

BADEROM, FLIS, MUR- OG PUSSARBEIDER

**MURER  
KOMPANIET AS**

Østre Rosten 26 · 7075 Tiller  
Tlf: 72 88 11 00 · Mobil 98 08 11 11  
[jorn@murerkompaniet-as.no](mailto:jorn@murerkompaniet-as.no) · [www.murerkompaniet-as.no](http://www.murerkompaniet-as.no)

**BRAA & SØRVÅG  
BYGG AS**

Tlf: 72 89 45 40  
E-post: [post@braasorvaag.no](mailto:post@braasorvaag.no)

**Svanholm**  
Begravelsesbyrå

[www.svanholm.no](http://www.svanholm.no)  
Døgntelefon: 73 89 11 40

Sammen i sorgen

**Støtt våre  
annonsører!**

**Auto Konsult AS**  
Øvre Flatåsvei 6  
Man - tor: 08.00 - 16.30  
Fre: 08.00 - 16.00  
Tlf: 92 44 89 00

- Service og reparasjoner på alle bilmerker
- Eu-kontroll
- Service klimaanelegg
- Salg av bilrekvisita, dekk og felger

**Mekonomen**  
Vi gjør BilLivet enklere

**Kolstad  
Tannlegesenter**

Saupstad Senter, 2. etg., 7078 Saupstad  
Tlf. 72 58 18 00

OPPLEV VERDEN MED

**SmartReiser**

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

**KVT**  
KRISTEN VGS TRONDELAG [www.kvt.vgs.no](http://www.kvt.vgs.no)

Studiespesialisering  
Helse- og oppvekstfag

**SANDMOEN  
TRONHEIM**  
KRO SELSKAP KURS KONFERANSE

[www.sandmoenkro.no](http://www.sandmoenkro.no)  
[sandmoen@de3stuer.no](mailto:sandmoen@de3stuer.no)  
Tlf. 72596180

**Klæbu  
Sparebank**

Tlf. 04358 · [www.klabu-sparebank.no](http://www.klabu-sparebank.no)

**FLATÅS BEGRAVELSESBYRÅ**  
Gamle Kongevei 52A  
TLf 73 99 22 22 - Fax 72 99 22 20

**Revisorgruppen**

Øvre Flatåsveg 14B, 7079 Flatåsen  
T: 72 58 75 00 | E: [trondelag@rg.no](mailto:trondelag@rg.no) | W: [www.rg.no](http://www.rg.no)

Mindre selskaper - Årsmøtsdager  
Barnedåp - Konfirmasjon

**Misjonssalen**  
Ole Kolstads v. 2 - Heimdal  
Tlf 72 84 56 30

**Heimdal**

Heimdal Gruppen  
Vestre Rosten 79 • 7075 Tiller  
Tlf.: 72 90 17 00 • Fax.: 72 90 17 01

**Heimdal Mote**  
mest for menn

Heimdal Sentrum  
Tlf. 72 84 62 46

**BANDAGISTEN PÅ HEIMDAL**

- STOMI
- ERNÆRING
- BRYSTPROTESER
- INKONTINENS
- KATETER
- SÅRUTSTYR

**Heiseartikler**  
Vi har e-resept

Lever blåresepten din hos oss.  
Gratis bringing av varer og hjemmebesøk!

Tlf 72 84 98 77 - Ringvålvn 10B - 7080 Heimdal

# Troen gir meg kjærlighet, håp og trøst

**Tonje Aspli (39) er nestleder i Heimdal menighetsråd og brenner etter å bygge gode relasjoner og fellesskap for alle aldersgrupper på Heimdal. Hun ivrer aller mest etter å gi byggende aktiviteter for barn og ungdom. Selv er hun mor til tre i alderen 5-15 år og ser verdien av gode trygge fellesskap. Til daglig underviser hun ungdommer i Helse- og sosialfag på KVT (Kristen videregående skole i Trondheim).**

Tonje Aspli fikk sine barne- og ungdomsår i Narvik og ser tilbake på et engasjert ungdomsliv med mye skigåing, fjelliv og gode fellesskap å tilhøre. Hun tok utdanning som sykepleier og har arbeidet mange år på SLB der menneskene er i sluttfasen av livet. Det har gitt dybde i livet og vist henne både livets sårbarhet og glede. For 20 år siden kom hun til Trondheim og det gikk ikke lenge før hun traff sin livsledsager Per. Samme år som de giftet seg fikk Tonje diagnosen MS. Det var en krevende beskjed å få, men allerede da ble de enige om at dette ikke skulle legge en demper på livet og hverdagsgleden. Tonje legger ikke skjul på det har gjennom 10 år vært både oppturer og nedturer, men at hun og mannen sammen har klart å komme styrket ut av dette. Troen på Gud og hans overveldende kjærlighet gjennom Jesus Kristus har betydd mye.

## **Kan du si litt mer om din kristne tro?**

- Grunnlaget ble lagt i oppveksten. Jeg var blant annet med i Barne- og ungdomskantoriet i Narvik menighet. Men

i ungdomsårene var jeg nok mer søkende enn bevisst i min tro. Jeg hadde behov for å stille spørsmål, for at kirka



skulle gi rom for mine tanker, min tvil og usikkerhet. Dette fikk meg til å tenke dypere over livet, og troen modnet fram sterkere enn før. Jeg har vært et sterkt engasjert menneske gjennom alle år, og vært aktiv i mange sammenhenger. Nå ønsker jeg å være med å formidle det jeg selv har sett inn i til menneskene her på Heimdal. For meg

er det viktig at menigheten skal gi rom for alle, uavhengig av status, alder og bakgrunn. Jeg blir inspirert og glad over å se barnekoret øve, at oppslutningen rundt familiekor og babysang øker og at vi når ut med mange ulike samtaletilbud til mennesker som trenger det. Det er givende å engasjere seg i menighetsarbeid.

Troen min er ikke prestasjon. Den er en gave som gis til meg. En kjærlighetsgave som gir styrke, men også ro og hvile.

## **Men det må være tøft å leve med MS?**

-Det er klart at det er krevende. Men vi bor i et samfunn som kan tilrettelegge for mange praktiske utfordringer. Og sykdommen er ikke hele meg, selv om jeg må ta hensyn til den. De fleste mennesker har noe som til tider skaper humper i veien, de færreste kjører på trikkeskinner fra vugge til grav. Jeg griper dagen i dag, og har valgt å ha en positiv innstilling til livet. Det er en sterk glede

å våkne hver morgen og se dem som er rundt meg og som jeg er uendelig glad i. Og det er stort å ha en spennende og givende jobb. Og så får jeg være med å formidle budskapet om den kjærlighet som gjør menneskene rike.

*Bertel Aasen*