



## Politikeren Einy Langmoen lever og ånder for musikken

- Radiogudstjenester fra Bekkelaget kirke
- Reisebrev fra Lincolnshire i England
- Karneval i kirkene
- Påskemåltid i Ormøy kirke





# Skal vi tro på ekspertene?

Klima og miljø er et av de temaene som er mest på agendaen på verdensbasis for tiden. Når vi ser hva som skjer rundt oss, så er vel ikke det så rart. Isbreer som krymper år for år, mildere vintre med lite snø, tregrensen som kryper stadig høyere opp osv. taler sitt tydelige språk. Omfattende vitenskapelige undersøkelser og forskning underbygger det faktum at jorden er i ferd med å bli stadig varmere p.g.a. økende CO2-utslipp og annen forurensning.

Men ikke alle kjøper at kloden er i ferd med å varmes opp p.g.a. menneskelig aktivitet som bilkjøring, nedhugging av skog, bruk av kullkraft, oljeutvinning m.v. De såkalte klimafornekterne viser til at det alltid har vært svingninger i verdens klima. Svingninger i solflekaktiviteten kan være en av årsakene. Det kan være fristende å avfeie dette som et argument for å fortsette med dagens forurensende livsstil, men det tror jeg vi skal være forsiktige med.

Dette er bare ett av områdene som man får servert ekspertuttalelser om i media. Vi kan lese om alt fra slanketips til barneoppdragelse. «Hvordan gå ned 20 kg i vekt på 4 uker», «Skal vi ha lekser i skolen?», «Kryssordløsning er god trening for hjernen», «Hvordan få mest mulig ut av styrketreningen». Det finnes svar på det meste, det er bare å google opp det man vil vite mer om.

Jeg blir ofte fristet til å tenke at dette finner jeg ut av selv, jeg trenger ikke innspill eller tips



Bøyabreen, en arm til Jostedalsbreen. Foto: Jan Brekke

fra eksperter om alt mulig. Jeg vet nok best selv hvordan jeg skal oppdra barnet mitt. Ja, det kan være lett å være enig i det. Det kan rett og slett bli for mye av velmente tips om det ene og det andre. Vi kan jo tenke selv og ikke tilsidesette vår egen vurderingsevne til fordel for hva en eller annen ekspert har sagt om saken.

Samtidig så opplever jeg at jeg ikke har forutsetninger eller kunnskaper nok til å komme fram til en egen mening om en del saker. Det er en god del hvor vi rett og slett ikke kan si at vi vet best selv. Tilbake til

klimatebatten, så må de fleste av oss stole på ekspertene som virkelig har gått inn i materien. Men det er likevel flere av oss som gir inntrykk av at dette har vi greie på, selv om det er åpenbart at vi da uttaler oss mot bedre vitende.

«Jeg tror faktisk at røyking er sunt, jeg», var det en røyker som sa til meg en gang. Det burde vel være opplagt at røyking er direkte skadelig for kroppen. Selv om jeg ikke er en ekspert på dette med klima og miljø så velger jeg å tro at forskerne som mener at vi går mot global oppvarming har rett.

Ekspertene er jo folk som har satt seg inn i et tema eller en sak, folk som har en utdannelse innen faget og som gjerne har gjennomført forskning innenfor det aktuelle feltet. De skal jo kunne mer enn oss andre om sakskomplekset det gjelder. Da synes jeg det er respektløst overfor disse personene å komme med en egen synsing og mene at den står seg mot forskningsresultatene når de sier noe annet. Det er lov å synse, men man bør være forsiktig med å være skråsikker overfor andre.

## Kontakten

**Ansvarlig utgiver**  
Menighetsrådet i Bekkelaget og Ormøy menighet

**Redaksjonens adresse**  
Bekkelaget og Ormøy menighetskontor, Sandstuveien 15, 1178 Oslo  
telefon 23 62 98 70

**Forsidebilde:** Anne Borgersen Skaug

**Redaktør**  
Jan Brekke, jan.brekke@oslo.online.no

**Redaksjon**  
Gunn von Trepka, gunn.von.trepka@vikenfiber.no  
Anne Borgersen Skaug, allskaug@online.no  
John Gjertsen, jg233@kirken.no  
Robert August Pedersen, robert.august.pedersen@gmail.com

Jacob Birger Natvig, jbnatvig@online.no  
Christina Espey-Sundt, espeysun@gmail.com

**Annonser**  
Annonsefrist: 4. mars  
kontakt Eli Djupvik, ed549@kirken.no  
Farger: kr. 10,00 pr. sp. mm  
Neste deadline: 4. mars

Layout Marie H

Trykk Nr1Trykk,  
Opplag 7.250

Frivillig abonnement  
kr. 250 for 2020  
Vipps: #44737, merk Kontakten

**Kontakten legges også ut på menighetens nettside som pdf-fil**





Trond Skard Dokka er menighetsrådsleder i Bekkelaget og Ormøy menighet.

# Ulydighetens pris

Livet igjennom står vi overfor lover og regler som styrer hvordan vi lever. Det gjelder i familien, på skolen, i arbeidslivet og i det hele tatt i samfunnet. Vi kan synes det er for mange av dem, eller at de er for strenge, men det er meningsløst å ville ønske dem alle bort. Vi mennesker kan rett og slett ikke leve sammen uten ordninger og regler som regulerer samkvemmet mellom oss.

Brudd på reglene blir møtt med sanksjoner. De kan være milde, et kritisk blikk, et tilrettevisende ord. Men de kan også bestå i bøter som svir på pungen, eller fengsel som svir på alle måter. Antakelig er heller ikke dette til å komme forbi. Vi kan diskutere sanksjonsmåte og -mengde. Men lover er der for å bli fulgt, og derfor bør ulydighet koste.

I fjor høst fikk to ulydighetssaker stor oppmerksomhet. De skilte seg ut fra den store mengden av straffesaker. Begge de tiltalte var aktive kirkefolk. Begges ulydighet gjaldt ikke-returerbare asylsøkere og deres rett til arbeid. Og begge vedsto seg uten videre sin ulydighet. De oppfattet den som etisk motivert, men da ut fra en høyere rett enn gjeldende norsk lov.

Gunnar Stålsetts og Arne Vistes rettssaker reiser mange viktige spørsmål. En framstående politiker var raskt ute med å advare

mot å gi Gud høyere autoritet enn norske lover og forskrifter. Han syntes å mene at da var det fritt fram for troende mennesker til å gjøre hva som helst – i sin Guds navn, og attpåtil forvente å slippe straff.

Men ingen av de to ønsket å slippe straff. Tvert imot, de ville påta seg straff som virkemiddel for å endre de gjeldende reglene. Et slikt ønske kan man være enig eller uenig i, men uansett peker de to rettssakene på et underlig paradoks ved vår samfunnsorden: Like sikkert som at vi trenger regler, trenger vi at noen fra tid til annen er ulydig mot reglene.

Det henger sammen med at lover og regler jo ikke er gitt en gang for alle. De er i stadig endring. Tenker vi etter, så har ulydighets handlinger vært helt avgjørende for den utvikling som har brakt vårt samfunn dit vi er i dag, fra Luther og Hans Nilsen Hauge, Marcus Thrane og Einar Gerhardsen til kvinnebevegelse og miljøvern. Hadde vi ikke hatt pionerer som kjente seg forpliktet på høyere idealer enn det gjeldende lovverket, da ville vi fortsatt ha levd i et autoritært enevelde uten forsamlingsrett, uten ytringsfrihet, uten kvinners stemmerett osv, osv.

Internasjonalt gjelder det samme. Tenk på folk som Gandhi, Luthuli, Luther King, Mandela.

Det er slående hvor ofte Nobels fredspris i virkeligheten har vært en ulydighetens pris.

Ulydighetens rolle i historien er udiskutabel. Når den er gitt, kan vi da virkelig mene at vi nå, i dagens Norge, har nådd en slik grad av fullkommenhet at det ikke lenger fins noen høyere, mer fullkomne idealer? At ingen ulydighet heretter kan bringe oss videre framover? At det er utålelig å påberope seg høyere autoriteter enn det gjeldende lovverket?

Jeg oppfatter et slikt syn som utilitelig arrogant. Og jeg oppfatter det som uforenlig med kristen gudstro.

Romerriket var preget av en slik arroganse. Det fantes ingen autoritet over keiseren, hvilket innebar at keiseren skulle tilbes som gud og adlydes som gud. Det kunne ikke de kristne gå med på. De trodde på en Gud som sto over den rådende samfunnsordningen. For den ulydigheten dette førte til, ble de forfulgt.

Selvfølgelig er ikke enhver ulydighetshandling, ethvert lovbrudd, av det gode, heller ikke om den skulle bli begått i en guds navn. Noen er bare destruktive, noen er kamuflert egeninteres-

## Vi ber for

- Konfirmantene som nylig har startet opp - 120 i tallet
- Barnekorene på Ormøy og på Bekkelaget
- Barn og ansatte ved Bekkelaget kirkes barnehage
- Beboere og ansatte ved Bekkelagshjemmet
- Alle som sliter med psykisk og fysisk sykdom
- Dem som sørger over tapet av et kjært medmenneske

se, noen er velmente, men viser seg allikevel å være blindspor. Fordi mange lovbrudd er slik, bør alle lovbrudd ha en pris, de skal koste, uansett hvordan de er motivert.

Når noen er villig til å betale den prisen, er det et vitnesbyrd om hvor viktig deres ulydighet i den aktuelle saken er for dem. Det Stålsett og Viste ba om, var ikke straffefritak, men at det store fellesskapet revurderer det regelverk ulydigheten var en protest mot. I disse tilfellene gjaldt protesten altså en regelendring som fratrar ureturnerbare asylsøkere noen helt grunnleggende menneskerettigheter. Verdt å være ulydig for?

## Nytt fra menighetsrådet

• Menighetsrådet har satt av midler til anskaffelse av nye messehauger for Bekkelaget kirke.

• Det har lenge vært fuktproblemer i den delen av kirkekjelleren som egner seg til lagring. Menighetsrådet har vedtatt å inngå kontrakt om et avfuktingsanlegg.

• Menighetsrådet arbeider med å styrke kontakten med våre forskjellige virksomheter. I januar hadde AU et fruktbart møte med representanter for vår egen bandskole. Det ble utvekslet informasjon, drøftet muligheter for et tettere samarbeid, samt for en bedre synliggjøring av Bandskolen i Kontakten og på menighetens hjemmeside.

• Kirkekomiteen har vedtatt å gå til anskaffelse av nytt piano i Ormøy kirke.

• Av sikkerhetsgrunner ble spiret på Ormøy kirke tatt ned i fjor. Kirkekomiteen har nedsatt en egen komitee for å arbeide med en trygg gjenreising av spiret.

## Kontakten beklager

I forrige utgave av Kontakten, nr. 5/19, snek det seg dessverre inn en feil som vi ønsker å gjøre leserne oppmerksomme på. Artikkelen om Martin Luthers julesalme, «Et lite barn er født på jord», har fått feil forfatter. I stedet for «Tekst og foto: Anne Borgersen Skaug» skulle det stått «Tekst: Ivar Gjerdi».

# Helt unik

Har du noen gang sett på to snøfnugg samtidig? Om du ser veldig nøye på dem så kan du se at de er forskjellige. For alle snøfnugg er faktisk ulike! Ingen av dem er like! Hvordan er det mulig? Snøkrystallene er fantastisk fine, men hvorfor er de forskjellige? Gud kunne vel bare laget en fin og så trykket på «kopi» og så ordnet så mange han trengte?

Men slik er det jo med oss mennesker også, vi er jo alle ulike! Det hadde vel

vært lettere for Gud om Han bare kunne kopiert noen av oss? Vi er jo ganske mange mennesker på denne kloden. Men slik tenker ikke Gud. Nei, Han har laget oss alle forskjellige, med ulike egenskaper og utseende. Ingen andre i hele verden er akkurat slik som du! Gud kan skape de mest fantastiske ting, og Han har skapt deg akkurat slik som du er. Vi er forskjellige, men like flotte og verdifulle alle sammen. I Bibelen står det: «Dette er Herrens eget verk,

underfullt er det i våre øyne» (Salme 118,23)

Og det er jammen snøfnuggene, og ikke minst alle vi. Skapt av Gud og underfulle, fantastiske skapninger som alle er unike, ikke en eneste kopi.

«Takk Gud for at du har skapt oss forskjellige, men like verdifulle. Du må jammen ha god fantasi.»

## Aktivitetsskalenderen

### MANDAG

#### Bandskolen

kl. 15.00 / 10-19 år  
Bekkelaget menighetssenter  
Kontakt: Alexander  
Lorentsen tlf. 915 52 540

#### Babysang

kl. 10.30-11.15  
SEM-huset

#### Speider

*Oppdagere*  
(annen hver uke)  
1.-3. klasse  
kl. 18.00-19.00  
Kontakt: Anne Langhus  
tlf. 979 67 675

#### Stifinnere

4.-6. klasse  
kl. 18.00-19.30

#### Vandrere

7.-9. klasse  
kl. 18.00-19.30

### ONSDAG

#### Svansen

4-10 år / kl. 17.45-19.00  
Ormøy Kirke

#### Knøttekor

3-6 år / kl 18.00-18.45  
Bekkelaget  
Menighetssenter

### Barnegospel

6-12 år / 1.-4. klasse  
kl. 18.00-19.00  
Bekkelaget  
Menighetssenter

### Kirkemiddag

Oddetallsuker:  
Bekkelaget menighetssenter  
kl. 17.00 -18.00

### TORS DAG

#### Babysang

3-7 mnd  
kl. 11.30-12.15  
8-12 mnd  
kl. 13.00-13.45  
Bekkelaget  
menighetssenter

### Kveldsavslutning

15-25 år  
Annenhver søndag  
oddetallsuker  
kl. 20.00-20.30  
Bekkelaget kirke

### SØNDAG

**Søndagsskole**  
for barna under  
gudstjenester med dåp  
i Bekkelaget og på SEM.

## Trosopplæringstiltak

våren 2020

### Babysang

0-1 år

### Kirkerottekino

5-åringer med familie

### Karneval

5- og 6-åringer

### Førsteklasses

1. trinn

### Tårnagenthelg

3. trinn

### Påskesamling

4. trinn

### Twensfestival

5. - 7. trinn

### VIDERE 2

10. trinn





# 3,7 millioner!

Det snakkes og skrives mye om hvor dårlig det står til med kirken for tiden. Om medlemsflukt og om kraftig nedgang i antall medlemmer. En får nesten inntrykk av at kirken er i ferd med å skrumpe inn til ingenting. Men er dette et realistisk og sant bilde?

Da jeg vokste opp, for ca. 50 år siden, var 90 prosent, av den norske befolkningen, ca. 3,7 millioner mennesker medlemmer i kirken. Siden den gang har innbyggertallet i landet økt en god del, hovedsakelig på grunn av innvandring fra mange land. Disse hører til andre kristne kirkesamfunn enn Den norske kirke, for eksempel Den katolske kirke. En god del hører til andre religioner, de fleste av disse har bakgrunn fra islam.

Vi har altså blitt mange flere. Dette har ført til at prosentandelen av befolkningen som er medlem i Kirken har sunket. Den er nå cirka 70 prosent. Isolert sett kan dette se ut som en kraftig nedgang. Men hold deg fast: Fremdeles er

medlemsantallet 3,7 millioner. Kirkens medlemstall har altså vært stabilt over en periode på femti år.

I en nylig medlemsundersøkelse, utført av Kirkerådet svarer 87% av disse medlemmene at de har besøkt Den norske kirke i løpet av det siste året. Åtte av ti medlemmer svarer at de ville døpt egne barn hvis de fikk barn i dag. Dette er ikke medlemsflukt. Det vitner om en kirke som stadig spiller en rolle i folks liv.

Men rett skal være rett: Det er en god del som melder seg ut. 2019 var et toppår, Da meldte 0,5 prosent seg ut og 0,1 prosent meldte seg inn. Antall utmeldte pr. år varierer ganske kraftig. Variasjonene har oftest gode forklaringer. Den siste 20-årsperioden har årene da homofildebatten preget mediabildet hatt forholdsvis høye utmeldingstall. Disse er etter alt å dømme utmeldinger gjort i protest. Men det er også andre årsaker til utmelding. Da kirken fikk en online-mulighet til å melde seg ut, noe som gjorde inn- og utmelding enklere, steg tallene kraftig – i en kort periode. Og da

valgkortene for siste kirkevalg ble sendt ut til alle medlemmer sist september, meldte flere seg ut i løpet av få dager.

Selv om 0,5 prosents nedgang ikke synes å være alarmerende, er det allikevel trist med hvert menneske som melder seg ut av kirken fordi de er skuffet over kirken eller sint på kirken av en eller annen grunn. Det må kirken, både ansatte og andre medlemmer, ta inn over seg. På en annen side: Om man melder seg ut fordi man ikke føler at man hører hjemme der, ikke har noen tro, eller interesse for tro, og ikke har noe ønske om å være tilknyttet en kirke, så synes jeg det er helt realt at man tar konsekvensen av det. Jeg ønsker gjerne alle velkommen til kirke. Men det er ingen mening i å trygle de som har tatt en slik beslutning om å bli i Kirken. Full respekt for en slik avgjørelse!

I kjølvannet av rapporter om utmeldingstall kommer ofte spørsmål om hva kirken og dens representanter gjør feil, siden så mange melder seg ut. Det er imidlertid ikke sikkert at det er kirkelig udugelighet som forårsaker utmeldinger.



Sokneprest i Bekkelaget og Ormøy Sverre Bang

Mange av de som melder seg ut har ikke vært i kontakt med kirken på flere år.

Det er ingen tvil om at mye kan bli bedre i Kirken. Vi som er ansatt og mange frivillige medarbeidere strekker oss ofte så langt vi kan for å møte og ta imot alle på en god måte. Vi vil fortsatt gjøre vårt ytterste for å være dagsaktuelle og medmenneskelige. Allikevel kan ikke kirken alltid innrette seg etter hva andre mener og sier for å øke sin egen popularitet. Vi må være de vi er, ekte mennesker som står for noe og tror på noe. Bare slik kan Kirken fortsette å spille en viktig rolle for folk og land i årene som kommer.

## Boken om misjonær Johan J. Ofstad

*Tekst: Alf Henry Rasmussen*

28. november i fjor fant det sted en sjelden begivenhet i Villa Kirkebakken ved Ormøy kirke. Boken om misjonær og misjonsleder Johan J. Ofstad ble presentert for første gang. Et uvanlig menneskes liv med et uvanlig livsløp var for første gang nedtegnet og utgitt i bokform.

Ofstad og hans familie bodde i det såkalte Hvilehjemmet på Nordstrand fra han ble generalsekretær i Santalmisjonen til sin død i 1963. Hans kone Ragna dør samme sted året etter. Begge er begravet på Nordstrand kirkegård.

Begge fikk liv som var rikt på opplevelser. Oppturer og nedturer, men med et felles mål for øyet: evangeliet om Jesus Kristus måtte gjøres kjent for alle, særlig santalfolket i India.

Johan J. Ofstad kom ut til India som lærerutdannet allerede i 1903. Da styrte fortsatt den legendariske Lars Skrefsrud misjonen sammen med ekteparet

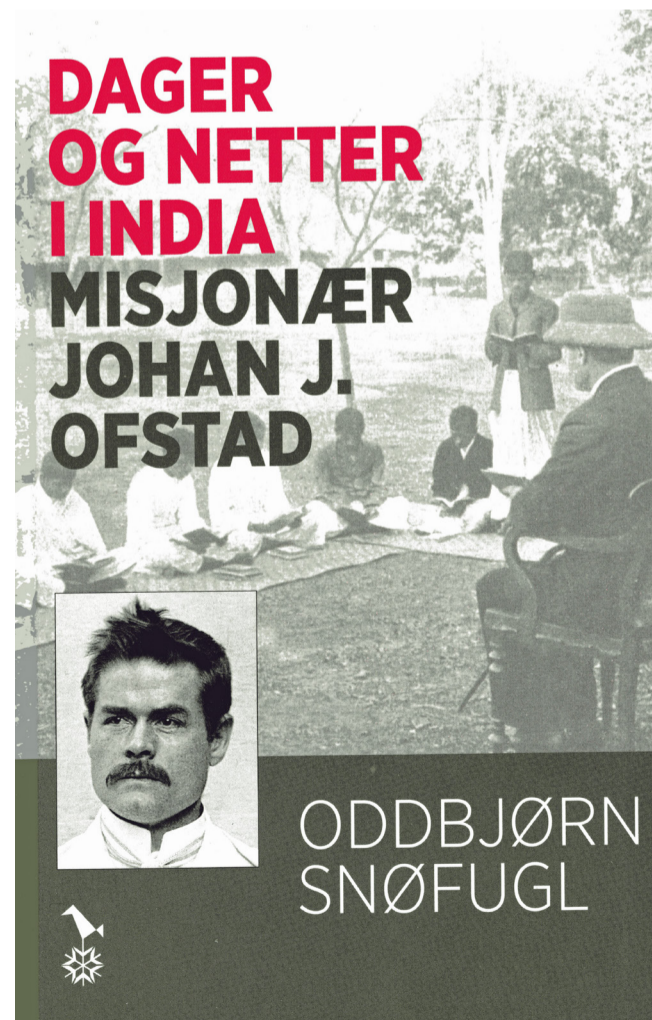
Børressen. Johan var skolemann og kom til å stå for skolebygging og utvikling av misjonens skoletilbud. Hans ord om at man kan bygge på to måter kom til å bli husket: Man kan bygge så det faller ned og man kan bygge så det blir stående. Ofstad bygget slik at bygningene står den dag i dag og tjener samfunnet fortsatt.

Begge kom hjem fra India for godt 1928. Johan reiste land og strand rundt både før han ble Santalmisjonens generalsekretær i 1930 og etter at han overtok ledelsen av organisasjonen. Han talte også innenfor Bekkelagets menighetsgrenser en rekke ganger.

Noe av det viktige med boka er at den tar med Johan J. Ofstads psykiske vansker. Og hvordan hans hustru Ragna var til hjelp for å få Johan over sine plager. Han hadde det vi i dag ville kalt en bipolar lidelse. Humøret svingte i ytterpunkter. Hennes lyse og optimistiske væremåte hjalp gjennom tilværelsens mørkere tider. Og når en ser hva de i fellesskap

fikk utrettet, må en forundres.

Oddbjørn Snøfugl skal ha takk for en god bok om en stor misjonær og et sant menneske. Ikke mange yngre i dag vil huske J. J. Ofstad. Boka er en fortjent hyllest til hans minne, men den er også en bok til hjelp for alle som synes de kommer til kort i sine liv.





# Musikeren og politikeren

## Einy Langmoen

*Tekst og foto: Anne Borgersen Skaug*

«Trekkfullt å være eldste generasjon». Einy B. Langmoen tenker seg om, etter at samtalen kom inn på alder og det å miste sine foreldre. - Det hviler et stort ansvar på oss når generasjonen over oss dør, plutselig er vi eldste generasjon. Jeg føler man står litt alene. Og døden, alle vet vi jo at vi skal dø, så døden er ikke skummel. Den må man bare ta når den kommer.

### Litt historikk

Det er lett å starte samtalen med Einy Langmoen. Hun er født og oppvokst i Brumunddal, en av fem søsken, far fra Brumunddal, mor fra Sveits. Huset var fylt av katter og bikkjer og masse musikk, for alle i familien spilte et instrument. Som 19-åring flyttet Einy til Göteborg for å gå på folkehøgskole. Her traff hun jazzmusikeren Staffan William-Olsson, og de ble et par i 1981. Tre barn og 24 år senere giftet de seg. De flyttet til Oslo i 1986.

Einy Langmoen har hele livet livnært seg som musiker, fiolin var hennes instrument fra hun var sju år, men 40 år gammel gikk hun over til bratsj, som er litt større og klinger dypere. Arbeidsplassene har vært varierte: Symfoniorkestre, studiojobbing, teatermusikk og skoleturneer med Rikskonsertene. Hun fikk sin første faste stilling som 52-åring, da fikk hun en deltidsansettelse som kulturskolelærer i Bærum.

- Jeg trives veldig godt med undervisning, det er meget givende å undervise barn og unge. Alderen på elevene mine varierer fra seks år opptil tjuet. Kulturskolen er et viktig og flott tilbud til barna. Utover selve musikkopplæringen har de enetid med et voksenmenneske som bare skal bry seg om dem hver uke. Det er en viktig oppgave, vi blir kjent med barna og kan kjenne litt på hvordan de har det ellers i livet.

Hun sier dette om å spille selv: - Jeg fikk være med i Brumunddal Orkesterforening fra jeg var ni år. Det var overveldende! Jeg satt bakerst og bladde når de andre gjorde det, for jeg ante ikke hvor vi var i musikken, selv om jeg kunne noter. Det å spille orkester

er å være en liten del av en mektig organisme. Jeg har alltid elsket å gjøre det. Og jeg bringer inn samspill i undervisningen så tidlig som mulig, for at mine elever også skal kunne få kjenne på den gleden.

### Nysirkus

Nysirkus kommer opp når man googler Einy Langmoen, og hun forteller at kunststarten nysirkus har blitt mer og mer anerkjent selv om det foreløpig ikke er noe stort miljø i Norge. Fra Stockholm kjenner kanskje noen gruppen Cirkus Cirkör, men den canadiske gruppen Cirque du Soleil er nok mest kjent. Sjangeren er en kombinasjon av teater, dans og vanlige sirkusdisipliner.

Den ene av døtrene har utdannet seg til nysirkusartist, og etter en forespørsel fra Oslofilharmonien til mor og datter, engasjerte Einy seg for å få en nysirkusforestilling med symfoniorkester opp og stå i Oslo Konserthus. Året etter ble det en nyproduksjon med Harmonien, som ble gjentatt i fjor. Den 18.januar i år (før bladet trykkes) blir det nysirkusopptreden på SALT i anledning Klimafestivalen.

### Langmoen Musikk

Einy forteller: - «Langmoen Musikk» er mitt firma, som freelance er man ofte selvstendig næringsdrivende og må ha organisasjonsnummer. Ellers er strykekvartetten «Strings Unlimited» nok den gruppen jeg har jobbet aller mest med gjennom årene. Vi har vært på masse turneer, blant annet i India og Bulgaria.

Men ikke minst har vi spilt utallige skolekonserter, og fått reise rundt i det vakre Norge sammen. Vi har også vært mye



*Einy Langmoen har et stort engasjement for musikk og miljø.*

på TV, og blant annet i deltatt i den norske Grand Prix finalen. Strings Unlimited hadde 30 års jubileum i fjor. Vi holdt jubileumskonserteren vår i Sel, siden cellisten vår for et år siden bestemte seg for å flytte, og ta over et gammelt gårdstun og drive med kulturarrangement der oppe.

### Fra musikk til politikk

Einy Langmoen er i sitt ess. - Jeg har lett for å engasjere meg i saker jeg synes er viktige. Det var min sirkusdatter som fikk meg til å forlate partiet Venstre i 2012 og melde meg inn i MDG. Nå er jeg nestleder i Nordstrand BU. Jeg er også vara til bystyret i Oslo.

- Det dukker stadig opp nye saker man må ta tak i. Jeg er meget opptatt av at det må opprettes minst en fritidsklubb til i bydelen, i tillegg til den vi har på Lambertseter. De unge trenger et sted de kan henge uten sine foreldre. Jeg jobber også for at alle skal ha barnehage i gangavstand. Videre er jeg sterkt engasjert i eldreomsorgen, og en viktig sak er å sørge

for å få et reelt tilsyn med hjemmetjenestene, dette gjelder hele Oslo.

- Jeg synes planene om en seniorlandsby ved siden av Bekkelagshjemmet er et spennende prosjekt, selv om det vil bli bygget i det som i dag er en vakker hage med mange gamle epletrær. Jeg merket meg spesielt det planlagte verkstedet i landsbyen, som skal kunne bli et treffsted på tvers av generasjoner. Det er noe jeg har stor tro på, generasjonstreffsteder. Jeg ser jo det i forbindelse med musikk. Der viskes aldersforskjeller ut, alder har ingen betydning når man spiller sammen.

- Jeg er opptatt av samspill i musikk og ellers i livet også. Det er viktig med teamarbeid, «kaste ball» til og med hverandre. Jeg tenker at jeg som politiker har et ekstra stort ansvar for å høre hva folk mener og sier. Det å lytte til folk, høre og diskutere saker er en prioritert oppgave.

- Samtidig er den omfattende



miljø - og naturmangfoldkrisen min største grunn for å drive med politikk. Jeg deler gjerne et sitat fra miljøaktivisten Greta Thunberg fra Sverige: «Hvis det hadde vært krig, da hadde folk vært klare for å tenke annerledes, og å leve annerledes enn det vi nå gjør.» Vi er i stand til å handle hvis vi tar klimakrisen inn over oss.

- Vi har et enormt overforbruk i vår del av verden, fortsetter Einy. Det er ikke det som gir lykke. Vi vet det jo egentlig! Jeg synes det er fantastisk å se klimaengasjementet blant de unge. Jeg tror vi nærmer oss et vippepunkt der et flertall forstår og ønsker å gjøre det som trengs for å ta vare på kloden. Jeg ser mange miljøbevisste folk i

bydelen. Folk her på Nordstrand har nærhet til naturen og de har respekt for og kjærlighet til skaperverket.

#### Tilbake til musikken

En lang samtale er ved veis ende, og vi slutter av med litt mer musikk. Einy Langmoens neste prosjekt er med «Sinfonietta Innlandet». Sammen med

tangofiolinist Atle Sponberg, er de i gang med et tangoprojekt hvor de skal ha konsert på Gjøvik i februar og i Jar kirke i mars. Sistnevnte sted blir det også CD-innspilling. Følg med på datoer, velkommen til konsert!

Til alle dere som var med og bidro til at julemarkedet kunne gjennomføres:

# En stor takk

*Tekst: Inger Johanne Kolberg Foto: Kristen Bjorå*

Vi sier ofte at julemarkedet er menighetens dugnad, og det er sannelig riktig. Rundt hundre navn står på listen over alle dem som hvert år blir kontaktet for å hjelpe til, og nesten alle sier hvert år ja. Noen kjøper gevinster til utlodningen, noen skaffer gevinster på andre måter, noen baker til kafeteriaen eller julebakstsalg, noen produserer håndarbeider og annet til salg, noen planlegger juleverkstedet og noen jobber fredagen før for å gjøre lokalene og varene klare til lørdagens marked. Så har vi alle dem som jobber på selve dagen: de på kjøkkenet, de som leder juleverkstedet, de som er selgere og de som er ansvarlige

for pengene som kommer inn. I år har vi fått inn temmelig nøyaktig 40 000 kroner.

I tillegg kommer barnehagen, som trofast underholder oss hvert år med dramatisering av juleevangeliet. Så kommer barnekorene, som også er faste og populære innslag, og i år kom Bølgebrus, som gledet oss med vakker sang.

Vi må heller ikke glemme Marianne Haugerud, som kommer fra Stefanusalliansen, og på sin interessante og barnevennlige måte forteller om barna som bor på søppelfjellet i Kairo. Hun minnet oss om hva

pengene vi samlet inn, går til. De som vil vite mer om dette, kan google «Mamma Maggie» og «Stefanusalliansen».

Vi vil også gjerne takke Jacobs, Joker på Holtet, Rema 1000 og Spar på Simensbråten for flotte gevinster, samt vår faste kaffeleverandør gjennom mange år, Solberg og Hansen. Nytt av året var «Uteseksjonen» med bål og salg av varm suppe, samt pølser og marshmallows for grilling. Prikken over i-en var ponnien med ledsager, begge gratis utlånt av Sissel Falch fra EKT husdyrpark og rideskole. De barna som ville, fikk en ridetur fra Menighetscenteret, rundt

kirken og tilbake igjen. Veldig populært.

Så må vi ikke glemme alle dere som kom og brukte penger på julemarkedet. Hadde det ikke vært for dere, hadde vi ikke hatt noen penger å sende videre.

Og sist, men ikke minst er vi veldig takknemlige for at vårt tidligere komitemedlem, Ørjan Apeland, som har flyttet til Furuset, atter en gang kom for å hjelpe oss og ledet arrangementet på sin flotte måte.

Takk til dere alle sammen fra Julemarkedkomiteen



Populært med ridetur rundt kirken.



Glade selgere på julemessen.

## Radiogudstjenester fra Bekkelaget kirke

I løpet av det kommende året vil fire av NRK's radiogudstjenester på søndag kl. 11.00 bli overført fra Bekkelaget kirke.

- Dette betyr at vi får en virkelig stor gudstjenestemenighet med disse dagene, sier sokneprest Sverre Bang. Radiogudstjenestene

har en solid posisjon på NRK P1 sendeskjema, med jevne lyttertall på ca. 300 000. Vi er glade for denne utfordringen. Nå håper vi at mange vil komme, fylle kirken, og bli med i sangen, slik at gudstjenestene herfra kan bidra til å glede og inspirere lytterne!

Datoene for radiooverføring fra Bekkelaget kirke er 8. mars, 26. april, 11. oktober og 1. november (Allehelgensdag).





## Faste aktiviteter

### Mandag

Bekkelaget Menighetscenter  
Bandskole fra kl. 15.00  
Speidere kl. 18.00-19.00

Ormøy Kirke  
Voksenkoret Bølgebrus kl. 19.00

SEM-huset  
Babysang kl. 10.30-11.15

### Tirsdag

Bekkelaget Kirke  
Åpen kirke kl. 19.00-21.00

Ormøy Kirke  
Kulturkvelder ca 10 ganger pr semester

### Onsdag

Bekkelaget Menighetscenter

Knøttekor kl. 18.00-18.45  
Barnegospel kl. 18.00-19.00  
Kirkemiddag hver onsdag i oddetallsuker  
fra 17.00-19.00 ingen påmelding

Ormøy kirke  
Svansen. Ormøy kirkes barnekor kl. 17.45-19.00

### Torsdag

Babysang kl. 11.30-12.15 og kl. 13.00-13.45  
Between (teatergruppe for 10-13 år) kl.  
18.30-20.00 i Bekkelaget menighetscenter

Bekkelaget kirke  
Voksenkoret Cantando kl. 18.30-20.30

### Søndag

Gudstjenester i Bekkelaget kirke hver søndag. Gudstjenester på SEM-huset annenhver søndag. Gudstjenester i Ormøy kirke annenhver søndag. Kveldsavslutning oddetallsuker kl. 20.00-20.30 (15-25 år)

## Velkommen til måltidsgudstjeneste i Ormøy kirke på Maria budskapsdag søndag 22. mars kl. 19.00

Søndag 22. mars kl. 19.00 inviteres det igjen til måltidsgudstjeneste i Ormøy kirke. Kvelden innledes i kirken med lesninger og musikkinnslag knyttet til Maria budskapsdag og til påsken. Etterpå går vi i prosesjon over til menighetshuset der vi spiser påskemåltid sammen. Måltidet avsluttes med nattverdfeiring rundt bordet. Menighetens frivillige medarbeidere blir spesielt invitert, men alle andre er også hjertelig velkomne denne kvelden.

Også i år er vi så heldige å ha fått med Helene Bøksle på musikksiden av arrangementet, noe vi gleder oss veldig til. Det er begrenset med plasser rundt bordet, så vi er nødt til å ha påmelding til arrangementet. Påmelding på mail til menighetskontoret: post.BO.oslo@kirken.no, på menighetens nettside eller ved å ta kontakt med menighetskontoret.

Måltidsgudstjenesten i Ormøy springer ut av et lokalt behov for et alternativ til de tradisjonelle påsegudstjenestene, og vi har de senere årene fått veldig gode tilbakemeldinger på arrangementet. I Ormøy samles vi til måltidsgudstjeneste ved innledningen til påskehøytiden, før folk har reist på påskeferie.



## Faste-gudstjenester

Hver onsdag kl. 19.30 i fastetiden ønskes vi velkommen til fastegudstjenester i Bekkelaget kirke. Gudstjenestene har et rolig og ettertenksomt preg. Det er én tekstlesning og noen ferdig formulerte bønner, men oftest ingen preken. Enkeltvers fra én salme og den enkle liturgien blir ledsaget av vakre toner på kirkens flygel. Det er nattverd.

På gudstjenesten 11. mars blir det også alminnelig skriftemål.

### Her er datoene:

26. februar  
4. mars  
11. mars  
18. mars  
25. mars  
1. april

Velkommen!

## Bekkelaget kirke er åpen

Åpen kirke for stillhet og ettertanke  
Hver tirsdag fra 19:00 til 21:00



## BØNNESAMLING

Velkommen til bønnesamling i  
Bekkelaget kirke torsdager kl. 10.30

Kontaktperson:  
Marianne Johnsen mobil:  
90664824



Bilde: <https://pixabay.com>

## Trosopplæring for voksne Dyppdykk i Bibelens og teologiens verden

Vi fortsetter suksessen med trosopplæring for voksne denne våren. Dette er kvelder for alle som ønsker å komme litt ned under overflaten i Bibelens og teologiens verden. Også dette semesteret har vi invitert noen av menighetens fagteologer til å ta oss med på et lite dykk ned i fritt valgte teologiske eller bibelske tema som de brenner for, eller har spesialkompetanse på.

Etter innledningen er det anledning til å stille spørsmål og gi kommentarer, før vi spiser et enkelt kveldsmåltid sammen og avslutter kvelden med en kort liturgisk aftenbønn. Vi samles i storsalen på menighetscenteret kl. 19.00.

### Vårens program:

28. januar Karl Olav Sandnes  
Paulus' omvendelse og teologi

25. februar Trond Skard Dokka  
Om boka «Vendepunkt» -kristendom for voksne

10. mars Kjell Nordstokke  
Gode gjerninger i bibelsk perspektiv

## Taizégudstjeneste i Ormøy kirke

Søndag 23. februar kl. 19.00 feires meditativ kveldsgudstjeneste med inspirasjon fra Taizé i Ormøy kirke. Kirken pyntes med ikoner og levende lys, og prekenen er byttet ut med tekstlesninger og stillhet.

I Taizé i Frankrike har det vokst frem en type meditativ spiritualitet som samler titusener av mennesker fra hele verden hver eneste sommer. Her møtes folk fra ulike konfesjoner og kulturer – troende og tvilende – til samtaler, måltider og bønner inspirert av middelalderens mystikk og et moderne, multikulturelt Europa.

I Ormøy kirke feires denne type messe to ganger i året. Denne kvelden er det Ormøy kirkes kor "Bølgebrus" som er forsangere, slik at det blir god anledning til å nyte den vakre firstemte sangen Taizébevegelsen er kjent for – enten man synger med selv eller bare lytter.

Velkommen til en annerledes  
gudstjenesteopplevelse!



## KARNEVAL

### Bli med på Karneval 9. februar og 1. mars!

Vi feirer karneval i kirkene våre og alle er hjertelig velkomne!  
I år blir det karneval i Ormøy kirke og Bekkelaget kirke 9. februar kl. 11.00  
På SEM-huset blir det karneval den 1. mars kl. 11.00.  
Vi feirer karneval både i og etter gudstjenesten.

Visste du at karneval betyr farvel til kjøtt? Vi skal snart inn i fastetiden og da er det vanlig å feire karneval før det. Vi håper mange har mulighet til å kle seg ut, både voksne og barn, og bli med å feire denne dagen. Hva har du lyst til å være? Kanskje en oppdager, en danser, en kaptein eller ha på en morsom parykk eller maske? Ta på deg det du vil og bli med i enten Ormøy, Bekkelaget eller på SEM.

Gudstjenestene begynner kl. 11.00 før det blir fest med piñata, limbo og boller etterpå. Alle 5- og 6- åringer er spesielt invitert som et ledd i vår trosopplæringsplan for barn og unge, men barn og voksne i alle aldre er selvfølgelig velkomne.  
Kle deg ut og bli med!



# Tidsaktuell julekrybbeinstallasjon i Ormøy kirke

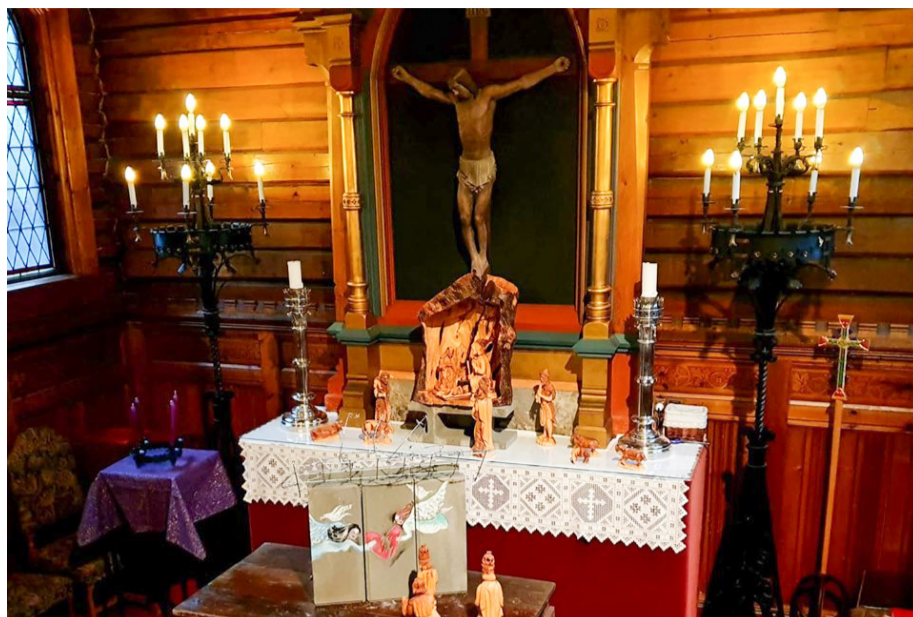
*Tekst og foto: Barbro Schmedling*

Den palestinske julekrybben i Ormøy kirke fikk denne julen tilskudd av en iøynefallende og sterk kunstinstallasjon, som var med å aktualisere julens budskap om fred og forsoning.

Installasjonen er et samarbeidsprosjekt mellom kunstneren Bjørg Thorhallsdottir og prest Barbro Schmedling. Verket har hentet sin inspirasjon fra dagens situasjon i Betlehem og fra den britiske kunstneren Bankys berømte verker på muren mellom Jerusalem og Betlehem. Mellom den hellige familie og de vise menn ble satt opp et lite stykke betongmur, etter modell av virkelighetens mur mellom Jerusalem og Betlehem – muren som sperrer for fri innreise til Jerusalem for palestinerne på Vestbredden. De vise menn møter muren som en hindring de må forsere på sin ferd for å hylle Fredskongen.

Selve muren er laget så realistisk som mulig, med betongelementer, stålgerde og piggråd. På muren har kunstneren malt to engler som ved hjelp av kjærlighetens kraft forsøker å reparere et sønderrevet hjerte. På baksiden av muren, vendt mot Den hellige familie – skjult for både de vise menn og oss, er det malt et strålende, helt og helbredet hjerte – som symbol på vårt felles håp om en helbredet, fredelig og forsonet fremtid for alle folkeslag i Det hellige land.

Verkets intensjon er å målbære julens budskap om kjærlighetens forvandlende kraft, om fred og rettferdighet, og om Guds tilstedeværelse i og blant de små og svake. Samtidig er verket ment å tydeliggjøre det ujevne maktforholdet i konflikten – det viser vår smerte over den fastlåste situasjonen, vår solidaritet med de lidende og undertrykte, og vårt håp om en framtidig forsoning mellom alle folkeslag i Det hellige land. Spillet mellom det myke, vakre og



det rå og brutale aktualiserer og kontekstualiserer virkeligheten i Det hellige land både den gang og nå, samtidig som den peker på håpet som ligger i juleevangeliets evige budskap om kjærlighet, fred og forsoning. Kontrastene i materialer og uttrykk skal vekke oss og henlede vår oppmerksomhet mot det som skjer i dagens Betlehem, og som våre venner i vår nye

vennskapsmenighet i Beit Sahour ved Betlehemsmarkene må forholde seg til hver eneste dag.

Kunstverkets intensjon var kort sagt å gjøre oss bevisste på virkeligheten, synliggjøre vår smerte over verdens urettferdighet og uforsonlighet, og samtidig også gi oss håp for fremtiden.

## Reisebrev fra Lincolnshire

*Tekst: Gunn von Trepka*

Gunn von Trepka er for tiden sammen med sin mann Alan på et opphold i England. Her forteller hun litt om sine opplevelser der borte, bl.a. om en forbindelse til Ormøy.

Alan og jeg er nå i Woodhall Spa, en liten hyggelig landsby i Lincolnshire med en lang historie fordi den ligger på den gamle pilegrimsruten fra fastlands-Europa til Lincoln og York.

På en av våre turer i sommer, passerte vi ruinene til Kirkstead Abbey og et kloster som ble bygget i 1187. Både The Abbey og klosteret ble lagt i ruiner ved «Dissolution of the Monasteries» under Henrik den 8. på 1500-tallet.

Etter passering av ruinene, kom vi til en liten kirke, St. Leonard's Church, som ble bygget ca

1240. Kirken er fortsatt i bruk med gudstjenester annenhver måned. Den 22. september var det Harvest Festival, på samme dag som Ormøy kirke hadde sin høsttakkefest. Vi bestemte oss for å delta på denne gudstjenesten.

Vi kom til en vakkert pyntet kirke med levende lys da kirken ikke har elektrisitet. Det bugnet av blomster og bondens produkter, akkurat som i Ormøy.

Den kvinnelige legmannen ønsket oss velkommen og spurte hvor vi kom fra, og da vi svarte Oslo, fortalte hun at Kirkstead Abbey hadde hatt godt samarbeid med munkene fra en øy ved Oslo som het Hovedøya, og at en av de norske munkene hadde vært abbot ved Kirkstead Abbey. Hun fant frem en bok med historien til Kirkstead Abbey og St. Leonard's Church og der var det skrevet om munkene på Hovedøya med bilder av ruinene der. Fra Hovedøya kan

du se spiret på kirken på Ormøya, så nære er det.

Dette opplevdes helt unikt. Her satt Alan og jeg i en liten kirke på den engelske landsbygden, og deltok i høsttakkefesten samtidig som Ormøy hadde sin høsttakkefest, og så viste det seg at det hadde vært kontakt mellom Kirkstead og Hovedøya allerede tilbake på 1200-tallet.

Hovedøya som nesten er naboøya til Ormøy, og at dette fortsatt var en kjent historie som dagens menighet var stolt av, var spesielt. Vi følte oss veldig takknemlige og ydmyke som fikk oppleve dette, og vi følte at dette nå var vår kirke siden vi var langt vekk fra vår egen kirke på Ormøy.

Vi har også deltatt i førjulsgudstjenesten i St. Leonard's Church 8. desember. Da var det Festival of Nine Lessons and Carols. Denne

gudstjenesten er en tradisjonell førjulsgudstjeneste i Storbritania med lesing av juletekster og sang av julesanger. Kirken var pyntet med levende lys og kristtorn, og det var levende musikk. Det var utrolig stemningsfullt, og vi følte en veldig sterk kobling til Ormøy og Norge. Tradisjonen tro var det selvfølgelig kirkekaffe på nabobondens gård med fyr på peisen og servering av mince pais and mulled wine. Så ble det jul i fremmed land.



*Kirkstead Abbey i Lincolnshire.*



# Frivillig?

Mer enn 60 prosent av Norges befolkning deltar i en eller annen frivillig aktivitet (Kilde: Frivillig.no). Kirken har en lang tradisjon på frivillig arbeid, og i Bekkelaget og Ormøy har vi mer enn 300 navn i oversikten over frivillige medarbeidere. Likevel trenger vi flere. I tillegg til listen under så ta en titt på nettsiden vår under frivillig, der finner du flere oppgaver som kan være av interesse.

Kjetil Fretheim, professor i diakoni på MF sier det så fint om hvordan frivilligheten har sin plass i menigheten;

«En menighet er en helt naturlig arena for frivillighet, og faktisk er frivillig innsats helt avgjørende for at en menighet skal fungere. Samtidig er trivsel, motivasjon og mulighet for utvikling helt avgjørende for at frivillige skal trives, og fortsatt ha lyst til å gi av seg selv!» (Ansatte og frivillige, 2009: 27)

Dette utfordrer og inspirer meg. Samtidig som kirken er helt

avhengig av frivillig innsats, skal det også ligge motivasjon og trivsel til grunn for engasjement. Vi vil invitere deg med på laget, og håper du kan finne din motivasjon for å engasjere deg i noe frivillig arbeid, og at vi sammen gjør en innsats for bygge menighet.

Finner du noen av oppgavene interessante, ta kontakt med diakon Andreas Herwig Buer, på ab565@kirken.no eller 23 62 98 72.

Her er en liste over oppgaver som kanskje venter på deg:

**Skrivere og fotografer til Kontakten – Menighetsbladet i Bekkelaget og Ormøy menighet, Kontakten, utgis ut 5 ganger i året, og deles ut til 7.000 husstander i soknet.**

Kontakten favner hele menighetslivet, og gir en god oppdatering om hva som skjer i menigheten og lokalmiljøet. Redaksjonen møtes fem ganger i året, og er en engasjert og trofast

gruppe som har vært frivillige medarbeidere over en lengre periode.

Nå trenger vi nye medarbeidere som kan sette sitt preg på bladet. Er du glad i å skrive eller ta bilder, og opptatt av nærmiljø og menighetsliv? Da vil vi gjerne ha deg med på laget!

**Kirkeverter – tar imot folk på gudstjeneste og bidrar til en enkel, men hyggelig kirkekaffe.** Både Bekkelaget, SEM og Ormøy kirke.

**Tekstlesere og andre gudstjenestemedarbeidere.** Både Bekkelaget og Ormøy kirke.

**Kakebakere – det er få ting som smaker så godt på kirkekaffe som hjemmebakte kaker, og de kan leveres på menighetskontoret i Sandstuveien 15 på hverdager. Det er plass i fryseren i Bekkelaget kirke!**

**Middag – Vi fortsetter denne høsten med det ukentlig middagstilbudet annenhver**

onsdag (oddetallsuker) på Bekkelaget menighetscenter (kirkemiddag). Vi trenger hjelp til å sette i stand og ønske velkommen, dekke på, gjøre klar maten og ta av.

**Vertskap til Åpen kirke – Du holder kirken åpen fra kl. 19-21 på tirsdager, lager kaffe og er tilgjengelig for samtale. Tilbudet er åpent for alle.**

**Søndagsskolemedarbeider – Ordne i stand barnekrok, ønske velkommen, formidle dagens tema/bibelfortelling og aktivitet, opprydding. Gjelder Bekkelaget kirke og SEM-huset.**

**Dirigent/pianist til barne- og ungdomskor.**



## Grønt hjørne

# Kosthold og bærekraft

I hovedsak bør et bærekraftig kosthold være plantebasert med et bredt utvalg av grønnsaker, frukt, bær, fullkorn og belgvekster, og kun forsiktig bruk av animalske produkter.

På tross av mengden forskning knyttet til kosthold og bærekraft er det kun fem land som har inkludert bærekraft i sine kostråd. Dette er Brasil, Sverige, Qatar, Tyskland og Finland. Enkelte land har også

halvoffisielle råd som inkluderer bærekraft.

De fem landene som har kostråd hvor bærekraft er inkludert, er i hovedtrekk nokså like.

| Råd            | Tyskland   | Brasil  | Sverige   | Qatar   | Finland  |
|----------------|--|---|---|---|--|
| Fisk           | En til to ganger i uken.   | Fisk anbefales som del av et sunt, variert kosthold, med minimalt bearbejdede matvarer.   | Spis fisk og sjømat to til tre ganger i uken. Varier inntaket av fet og mager og velg økomerket sjømat. | Minst to ganger i uken.   | Fisk tilhører et miljøvennlig kosthold, men en bør ikke spise fisk fra truede arter. |
| Fett og oljer  | Fett og fete produkter i moderasjon.<br><br>Velg fett og oljer fra vegetabilsk opprinnelse.  | I moderate mengder.   | Velg sunne oljer når en lager mat, som rapsolje og fett laget fra rapsolje og sunt pålegg på brød.      | Unngå mettet fett, transfett.<br><br>Bruk sunne vegetabiliske oljer som oliven, mais og solsikke i moderasjon.  | Av spiselig fett er miljøavtrykket lavest for rapsolje og margarin.                  |
| Prosessert mat | Ikke nevnt   | Begrens inntak av prosessert mat og unngå ultraprosessert mat.  | Ikke nevnt  | Spis mindre fast food og prosessert mat.  | Ikke nevnt   |
| Adferdsråd     | Lag mat på lav varme, TP i kort tid og bruk lite vann og fett.<br><br>Bruk friske ingredienser når mulig (dette reduserer unødvendig innpaknings-søppel).<br><br>Bruk tid og nyt måltidet. | Spis regelmessig og forsiktig i passende omgivelser, og når mulig i selskap med andre.<br><br>Utvikle, øve og del matlagingsferdigheter.<br><br>Planlegg tiden din slik at matlagning og spising blir viktig i livet ditt.<br><br>Vær oppmerksom på reklame og markedsføring. | Prøve å opprettholde energibalansen ved å spise akkurat riktig mengde.                                  | Vær modell for sunne mønstre for familien din:<br><br>Spis på regelmessige tidspunkt.<br><br>Spis minst ett måltid daglig sammen med familie.<br><br>Være en rollemodell for barna dine når det kommer til sunn mat og aktivitet. | Ikke nevnt   |

Tabell 2. Oppsummering av kostråd med bærekraftspekter i fem land





# Gudstjenesteoversikt



Bekkelaget



SEM



Ormøy



Østmarkskapellet

**Søndag 9. februar**  
Såmannssøndag

**11:00 Gudstjeneste for store og små**  
Karneval.  
Sverre Bang, Øyvind Kristiansen  
Offer. Barnekorene deltar.

**11:00 Familiegudstjeneste**  
Karneval  
Barbro Schmedling  
Kristin Øygard  
Dåp. Offer til Stefanusalliansen  
Kirkekaffe

**12:00 Sportsgudstjeneste**  
Olaf Huse Haraldstad

**Søndag 16. februar**  
Kristi forklarelsesdag

**11:00 Gudstjeneste**  
Mari Løvaas  
Øyvind Kristiansen  
Dåp og nattverd  
Offer til Det norske bibelselskap. Kirkekaffe

**11:00 Gudstjeneste**  
Hallvard Beck  
Marianne Graff  
Nattverd  
Offer til Normisjon  
Kirkekaffe

**12:00**  
Sportsgudstjeneste  
Tone Kaufman

**Søndag 23. februar**  
Fastelavns søndag

**11:00 Gudstjeneste**  
Kjell Nordstokke  
Øyvind Kristiansen  
Nattverd  
Offer til menighetens diakonale arbeid  
Kirkekaffe

**19:00 Taizégudstjeneste**  
Sverre Bang  
Bølgebrus deltar

**12:00**  
Sportsgudstjeneste  
Erling Pettersen

**Onsdag 26. februar**  
Askeonsdag

**19:30 Fastegudstjeneste på Askeonsdag**  
Sverre Bang  
Øyvind Kristiansen  
Nattverd

**18:00 Fastegudstjeneste på Askeonsdag**  
Barbro Schemedling  
Kristin Øygard  
**20:00 Fastegudstjeneste på Askeonsdag**  
Barbro Schemedling  
Kristin Øygard

**Søndag 1. mars**  
1.søndag i faste

**11:00 Gudstjeneste**  
Barbro Schmedling  
Øyvind Kristiansen  
Dåp og nattverd  
Offer til Stefanusalliansen  
Kirkekaffe

**11:00 Gudstjeneste**  
Karneval  
Mari Løvaas  
Marianne Graff  
Offer til menighets-arbeidet på SEM Kirkekaffe

**12:00**  
Sportsgudstjeneste  
Anders Stray

**Onsdag 4. mars**

**19:30 Fastegudstjeneste**  
Barbro Schmedling  
Øyvind Kristiansen  
Nattverd

## Vanskelig å komme til kirken?

Bekkelaget og Ormøy menighet tilbyr kirkeskyss til gudstjenesten søndag formiddag.  
Ring innen lørdag kl. 16.00.  
Bekkelaget: tlf. 41 23 67 10.  
Ormøy: tlf. 90 12 62 61.

Vær frimodig og ta kontakt.







Bekkelaget



SEM



Ormøy



Østmarkskapellet

**Søndag 8. mars**  
2. søndag i fastetiden

**11:00 Radiogudstjeneste**  
Sverre Bang  
Øyvind Kristiansen  
Dåp og nattverd  
Offer til menighetens ungdomsarbeid  
Kirkekaffe

**11:00 Gudstjeneste**  
Barbro Schmedling  
Dåp og nattverd  
Offer til Kirkens fengselsarbeid  
Kirkekaffe

**12:00**  
Sportsgudstjeneste  
Anders Stray

**Onsdag 11. mars**

**19:30 Fastegudstjeneste**  
Mari Løvaas  
Øyvind Kristiansen  
Nattverd

**Søndag 15. mars**  
3. søndag i fastetiden

**11:00**  
Solidaritetsgudstjeneste  
Mari Løvaas, Barbro Schmedling, Øyvind Kristiansen  
Nattverd  
Offer til Kirkens nødhjelp  
Kirkekaffe

**11:00 Gudstjeneste**  
Susanne Carlenius  
Marianne Graff  
Nattverd. Besøk fra Romania. Offer til Agathos, Romaniaprojektet  
Kirkekaffe

**12:00**  
Sportsgudstjeneste

**Onsdag 18. mars**

**19:30 Fastegudstjeneste**  
Sverre Bang  
Øyvind Kristiansen  
Nattverd

**Søndag 22. mars**  
Maria budskapsdag

**11:00 Gudstjeneste for store og små**  
Mari Løvaas  
Øyvind Kristiansen  
Kirkebarnehagen deltar.  
Dåp. Nattverd. Offer til menighetens arbeid for barn  
Kirkekaffe

**19:00 Påskemåltidsgudstjeneste**  
Barbro Schmedling  
Andreas H. Buer  
Offer til dekning av utgifter  
Se omtale side 8.

**12:00 Sportsgudstjeneste**  
Silje Kvammen Bjørndal

**Onsdag 25. mars**

**19:30 Fastegudstjeneste**  
Barbro Schmedling  
Øyvind Kristiansen  
Nattverd

## Slekters gang

### Døpte Bekkelaget:

Audelia Nordvang Berglie  
Eva Wedum Fagerlund  
Jonathan Hjelseth Wiger  
Anne Melissa Bakken-Eriksen  
Live Meisland Gransæther  
Oliver Nordstrøm  
Selma Getz Taraldsen  
Aurora Marie Hosen  
Benjamin Riise Sæther  
Jakob Gitlestad Carlsen  
Christian Lilletvedt Tovsen  
Ingrid Henriksson-Ålsberg

### Døpte SEM:

Marlon Tennung

### Døpte andre kirker:

Lea Victoria Eliasson Blix  
Vincent Liodden Fjeldsaa  
Nicolas Salom-Bergli  
Mila Dybvad Wisth

### Gravferder fra Bekkelaget og

#### Ormøy:

Kristin Espolin Johnson  
Grete Lysell

Sissel Leonore Larsen  
Wenche Margareth Andresen  
Helge Kannick  
Rigmor Gladys Mariåsen  
Erik Johnsen  
May Elisabeth Loen  
Sissel Gulbrandsen Breivik  
Björg Aannøy  
Øyvind Lilleberg  
Sturla Brattlie  
Elisabeth Sophie Bratlie  
Leif Moe  
Anne-Karin Sand

Björg Henriette Bjørgan  
Tore Ruvik  
Ruth Björg Mejlænder  
Grethe Kari Biong



# «Ver god mens du kan!»

Den kjente teologen, lyrikeren, bibellæreren, forkynneren, redaktøren og sangforfatteren Trygve Bjerkrheim skrev i 1934 sangen «Ver god mens du kan». Han var da 30 år gammel. Han døde i 2001, 96 år gammel. Han skal ha skrevet ca. 15000 dikt, salmer og sanger, og ca. 400 av dem er tonesatt. To av de mest kjente er nok «Han tek ikkje glansen av livet» og «Det er makt i de foldede hender». Denne siste var i mange år den mest spilte sangen i Ønskekonserten i NRK. Som mye av det Bjerkrheim har skrevet så har også denne sangen sin spesielle historie.

*Tekst: Ivar Gjerdi*

Bjerkrheim står i kveldingen på Akershus-kaia i Oslo for å vinke farvel til sin aldrende far som står ved båtrekka. Han skal hjem igjen til barndomsbygda ved Egersund. Det var kystruta som skulle bringe ham dit. Dette var før Sørlandsbanen ble bygget. Far og sønn vinker til hverandre, og snart er han ute av syne. Da kom tanken til meg, forteller Trygve Bjerkrheim: - Kanskje jeg ikke får møte far igjen. Derfor: Ver god mens du kan! Denne tanken fulgte ham da han tok på hjemvei gjennom de mørke gatene, og noen av versene tok etter hvert form. Vel hjemme på Sinsen var sangen ferdig.

Sangen har fire vers:

*«Ver god mens du kan! Ver trufast og kjærleg! Ver ærleg og sann! Når kvelden kjem på og di sol seg i hav, då angrar du ikkje på det som du gav mens dagane hasta*

*og åri, dei rann. Ver god mens du kan!*

*Ver god mens du kan, mens landgangen går og eit skip går frå land! Du står der åleine, ein kjær er om bord. Du når ham ei lenger med kjærlige ord. Ja, snart kan det henda at ein legg frå land. Ver god mens du kan!*

*Ver god mens du kan, når våren legg solskin så varmt over land, i sommarens ynde, i hausten sin fred, når snøen kjem stilt ifrå skyene ned, ved gry og når sol gyller kveldsky si rand! Ver god mens du kan!*

*Ver god mens du kan! Strø ut dine såkorn med kjærlege hand! Ver god mot dei gamle, dei unge, dei små! Å, lat dei eit solskinn i auga ditt sjå! Lat Herren deg fylla med kjærleikens brand: Ver god mens du kan!»*

Denne sangen er for meg en stadig påminnelse

om hvor viktig det er at vi er gode og snille mot hverandre, viser hverandre omsorg og respekt og tar trofast vare på hverandre. Med Guds kjærlighet som drivkraft skal vi få

lov til å være hjelpsomme, omsorgsfulle og kjærlige medmennesker i hverdagen.

Og husk at hjertet er som lykkeligst når det slår for andre!



Foto: Jan Brekke.

**Erik Saxegaard**

Tannlege dr. odont. MNTF  
Spesialist i oral protetikk

**Liv O. Saxegaard**

Tannlege MNTF

**Fanny Bjørnstad**

Tannlege MNTF

Tlf.: 22 28 84 17

Kongsveien 91, 1177 OSLO



**Frivillighetssentralen**

Ekeberg - Bekkelaget frivillighetssentral

#### FRIVILLIGHETSSENTRALEN SØKER FLERE HJELPERE

Vi søker deg som har tid og mulighet til å hjelpe et medmenneske med daglige gjøremål, for eksempel handle, følge til lege, småreparasjoner i hus/hage, eller rett og slett være telefonvenn og støtte slik at vedkommende greier seg selv.

#### TIL DEG SOM TRENGER EN HÅNDSREKNING

Kontakt Anne Solberg på telefon 22 19 58 00 eller 98 85 80 37  
Åpent hus på Rødstua fra mandag til torsdag kl 11:00-15:00  
Frivillighetssentralen gir gratis hjelp til praktiske småting som du ikke greier selv, finner en turvenn, en telefonvenn, eller formidler annen hjelp som du har behov for.

[www.frivillig-oslo.no](http://www.frivillig-oslo.no)



E-post: [friv.ebk@online.no](mailto:friv.ebk@online.no)

#### Vil du annonsere i kontakten?

Kontakten distribueres til over 7.000 husstander i ditt nærmiljø. For informasjon om pris og annonse utforming, kontakt oss på:  
23 62 98 70 eller  
[ed549@kirken.no](mailto:ed549@kirken.no)



**Selskapsmat  
- Catering**

*-du kan være trygg  
når maten kommer fra...*

**Gunnar Ruud**

Norderhovgate 7 - 0654 Oslo  
og smaken, den slår ingen!

Ring 23 30 25 00

og vi sender deg vår innholdsrike brosjyre.





### Simensbråten-Ekeberg Seniorsenter

Brannfjellveien 52 1181 Oslo  
Daglig leder: Torunn Leiknes  
Tlf. kontoret: 23 24 49 90  
Hårpleie direkte: 23 24 49 91  
Fotpleie direkte: 23 24 49 92  
Hjemmeside internett:  
www.seniorsenter.no

E-post: post.simensbraten@seniorsenter.no

Kafeteriaen er åpen hver mandag til fredag fra kl. 08.30 til 14.30. Middagsservering fra kl. 12.30 - 14.00 tirsdag (kjøtt) og torsdag (fisk). De andre dagene varmrett/suppe/grøt. Faste aktiviteter (de fleste ukentlig, noen med sjeldnere hyppighet): Trim, hobbygruppe, samtalegrupper, seniordans, hyggetreff, bridge, svømming, tegne og maleklubb, dataveiledning, internett, teater/revy-gruppe, boccia, kurs, turer, utflukter, kryssordgruppe, slektsforskning.

#### Februar

**Onsdag 05. Kl 12.00**  
Hyggetreff. Oslos hus opptrer.  
**Onsdag 12. Kl 12.00**  
Hyggetreff. Foredrag: Forebygging av fall.  
**Onsdag 19. Kl 12.00 Hyggetreff.**  
Humorforelesning av Gunnar Gjengset.  
**Onsdag 26. Kl 12.00**  
Fødselsdagsfeiring. Ønskekonsert.  
**Onsdag 26. Kl 14.00**  
Makronkurs med husholdsstyrer Merethe. Påmelding. Varer til ca kl 18.30.  
**Fredag 28. kl 11.00-12.00 Ekskursjon.**  
Omvisning på Bymuseet. Påmelding.

#### Mars

**Onsdag 04. kl 12.00 Hyggetreff.**  
Foredrag: Smertemysteriet.  
**Onsdag 11. kl 12.00 Hyggetreff.**  
Ekebergkoret opptrer.  
**Onsdag 18. kl 18.00 Jazzkveld.** Majken Christiansen trio.  
**Fredag 20. kl 11.00 Klessalg.**  
Seniorshop kommer.  
**Tirsdag 24. kl 10.00 Påskemarked.**  
Salg av bruksting.  
**Onsdag 25. kl 12.00**  
Fødselsdagsfeiring. Munch i bilder og musikk.  
**Onsdag 25. kl 14.00 Matkurs med**  
husholdstyrer Merethe.

### Villa Kirkebakken Menighetshuset på Ormøy

#### Til leie

dåpsfest, konfirmasjon, minnestund, møter, konferanser, skoleavslutning, teambuilding, fødselsdager for store og små, reunions, bryllup, jule- og sommerlunsjer m.m.

tlf. 950 52 747,

Epost:

villakirkebakken.utleie@gmail.com

Vi har en avtale med Solglimt catering. Får 10% på maten pluss at alt blir servert i porselen. Solglimt har også serveringshjelp.

Telefon: 22379009

E-post: post@solglimt.no

## VILLA HOLTET



### Bekkelaget Seniorsenter

Foreningen Bekkelaget Seniorsenter  
Holtveien 6a, 1177 Oslo  
Daglig leder: Ketil Aamodt Tlf. kontoret: 23 03 11 30  
Hårpleie direkte: 90 68 18 81  
Fotpleie direkte: 922 59 447 / 23 03 11 33  
Hudpleie direkte: 951 00 729  
Mail: post@villaholtet.no  
Hjemmeside: www.villaholtet.no  
Åpent mandag til fredag fra kl 09.00 til 15.00.  
Åpen kafe hver dag fra kl 10.00 til kl 14.00.  
Middagsservering tirsdager og torsdager kl 12.30.  
Påmelding. Lunsj fredag kl. 12.00.  
Faste aktiviteter: Trimgrupper, Linedance, datakafe, sangkor, slektsforskning, snekkerverksted, strikkeklubb, bridge, glass- og porselensmaling, treskjæring. Vi henter med egen bil:  
Må bestilles senest kl 15.00 dagen før.  
Utleie av lokaler: Se www.villaholtet.no

#### PROGRAM

Onsdag 12. februar kl. 12.00 Foredrag: Utredningsfasen - et nytt Holtet sentrum, Arnstein Granli, Norgesgruppen. Medl. Kr. 75,-/ikke-medl. Kr. 125,-.

Onsdag 19. februar kl. 12.00 Foredrag: Fra en sykkelstur på Cuba. Lasse Efskind, Medl. kr. 75,-/ikke-medl. kr. 125,-.

Onsdag 26. februar kl. 12.00 Fødselsdagsfeiring. Alle er velkomne! Hjemmelaget bløtkake. Sang og musikk.

Onsdag 4. mars kl.12.00 Foredrag av Charlotte Schaller, Nordstrand Bydel - om seniortjenesten i bydelen.

Onsdag 11. mars kl. 12.00 Foredrag. Sanger fra Grini av Per Vollestad. Medl. kr. 75,-/ikke-medl. kr. 125,-.

Onsdag 18. mars kl. 12.00 Foredrag: Fremtidsfullmakt og arv, adv. Christian Baklund CBA Advokatfirma. Medl. kr. 75,-/ikke-medl. kr. 125,-.

Onsdag 25. mars kl. 12.00 Foredrag Thorvald Steen - Om Aleksander den store. Medl. kr. 75,-/ikke-medl. kr. 125,-.



DEN NORSKE KIRKE  
Bekkelaget og Ormøy menighet

Menighetskontor og postadresse:  
Sandstuveien 15, 1178 Oslo

#### Kontortid:

Mandag, tirsdag, onsdag og fredag kl 10.00-14.00  
Kom gjerne innom, vi er der ofte utenom kontortid.  
Telefon 23 62 98 70  
e-post: post.bo.oslo@kirken.no  
www.kirken.no/bekkelagetogormoy  
Bekkelaget kirke, Sandstuveien 15, 1178 Oslo  
Ormøy kirke, Ormøybakken 4b, 0198 Oslo  
SEM-huset, Brannfjellveien 52, 1181 Oslo

#### Ansatte:

Daglig leder John A. Gjertsen,  
tlf. 23 62 98 70, e-post: jg233@kirken.no

Sokneprest Sverre Bang,  
tlf. 900 87 450, e-post: sb499@kirken.no

Menighetsprest Barbro Schmedding,  
tlf. 936 82 453, e-post: bs559@kirken.no

Kapellan Mari Løvaas,  
tlf. 952 72 120, e-post: ml559@kirken.no

Trosopplæringsleder Kristin Øygard,  
tlf. 995 42 113, e-post: ko528@kirken.no

Leder for barne- og ungdomsarbeidet  
samt det diakonale arbeidet  
Andreas Herwig Buer,  
e-post: ab565@kirken.no

Menighetskonsulent  
Eli Djupvik,  
tlf. 23 62 98 70  
e-post: ed549@kirken.no

Organist Bekkelaget kirke  
Øyvind Kristiansen, tlf. 930 93 348  
e-post: ok866@kirken.no

Organist Ormøy Simen Valldal  
tlf. 473 05 499, e-post: SimenValldal@gmail.com

Kirkemusiker SEM-huset Marianne Graff, tlf. 478 19 041

Bekkelaget og Ormøy Sokn Eiendom  
Forretningsfører André Kobberdal, 984 76 184,  
Epost-post@boaseiendom.no

#### UTLEIE

**Bekkelaget Menighetssenter**  
Yaneth V. Cardona og Sigifredo R. Martinez,  
tlf. 958 48 401 e-post:  
bekkelaget.menighetssenter@gmail.com

#### SEM-huset

Inger Marie Solskjær Johansen  
tlf. 918 20 992  
e-post: sem.utleie@gmail.com

#### Villa Kirkebakken

Liv-Hege Engh-Sørensen  
tlf. 950 52 747, Epost: villakirkebakken.utleie@gmail.com

**Bekkelaget kirkes barnehage**, Styrrer Heidi Skram,  
tlf. 22 28 29 61.  
Nettsider: www.bekkelagetmenighets.barnehage.no

**Simensbråten - Ekeberg Seniorsenter**  
Daglig leder Torunn Leiknes, tlf. 23 24 49 90  
Nettsider: www.seniorsenter.no

#### Bekkelagshjemmet

Institusjonsleder Miriam Berntsen Hasle,  
tlf. 23 16 83 00.  
Nettsider: www.bymisjon.no/Virksomheter/Bekkelagshjemmet/

Gaver, givertjeneste og misjonsprosjekt  
Bankkonto nr. 1607.43.64784 / Vipps: #44737

Gavekonto SEM Vipps: #16485  
Gavekonto Ormøy Vipps: #16487



ANNE LINE  
BEGRAVELSESBYRÅ

Jomfrubråtveien 85,  
1179 Oslo

461 90 056

post@annelinebegravelsesbyraa.no

En verdig avskjed





# Fasteaksjonen 2020

## Gi et liv med vann

Fasteaksjonen er Norges nest største bøsseaksjon, som engasjerer over 40.000 bøssebærere i hele Norge. I 2019 samlet aksjonen inn over 32 millioner kroner til Kirkens Nødhjelps arbeid.

Den 31. mars er aksjonsdagen i Bekkelaget og Ormøy menighet. Alle konfirmanter og foreldre er med, men vi trenger mange flere bøssebærere for å dekke alle rutene i menigheten. Bli du med?

Pengene vi samler inn gjør det mulig å levere rent og trygt vann i Etiopia. For Kila og tusener av andre mennesker har dette vært livsviktig hjelp. Også i år skal vi være med på å samle inn penger til brønnboring, latrinebygging og andre tiltak som redder liv rundt om i verden.

Urent vann dreper flere enn krig - gi et liv med vann!  
Tema for aksjonen i år er som fle-

re år før: vann. Klimaendringene fører til flere og verre katastrofer, og truer menneskers tilgang på rent vann i kriser er vann kritisk. Derfor er vann noe av det aller første Kirkens Nødhjelp stiller med i katastrofer. De sørger for rent vann og mulighet til gode sanitærforhold der alt er ødelagt.

Samtidig jobber de sammen med folk i utsatte områder for å forebygge den neste naturkatastrofen. 844 millioner mennesker mangler tilgang til rent vann, og tallet bare øker. 1 million mennesker dør hvert år av urent vann og utrygge sanitærforhold, det er flere enn i krig. Kirkens Nødhjelp jobber i tillegg med å påvirke politikere og andre beslutningstakere til å stanse klimaendringene.

Ingen kan gjøre alt, men alle kan gjøre noe  
Alle kan bidra til Fasteaksjonen.  
Du kan bli med å gå med bøsse, ta

godt imot de som kommer på din dør og gi et godt bidrag til dette viktige arbeidet.

For 200 kr kan du gi et menneske sikker tilgang til rent vann livet ut! Sammen kan vi gjøre vårt for å hjelpe noen av de menneskene som trenger å få dekket viktige livsbehov.

### Bli bøssebærer

Aksjonsdagen blir tirsdag 31. mars. Vil du være bøssebærer? Møt opp i Bekkelaget menighets-senter kl. 17.30- 18.00 for registrering. Meld deg gjerne på forhånd via menighetens nettside eller ta kontakt med Mari Løvaas ml559@kirken.no eller telefon 23629874.

### Bidra med penger

De som samler inn har ID-merke og nummererte bøsser. Gi en raus gave til mennesker som trenger

vår støtte. Menigheten har som ambisjon om å samle inn et seks-sifret beløp!

Det kan gis kontanter og med Vipps. Dersom du ikke er hjemme på aksjonsdagen eller har kontanter, kan du gi på følgende måter:

- Vipps til 2426 (valgfritt beløp)
- Send VANN på sms til 2426 (200kr)
- bruk kontonummer 1594 22 87493 og gi valgfritt beløp.

Du kan lese mer om aksjonen på: [www.fasteaksjonen.no](http://www.fasteaksjonen.no)



*For at Kila og andre skal få rent vann trengs det hjelp fra mange norske frivillige. Hvert år er tusenvis av frivillige med på å samle inn penger til Kirkens Nødhjelps arbeid gjennom Fasteaksjonen.*