

TONSEN BLADET

Lokalblad for Linderud, Lunden, Brobekk, Vollebekk, Risløkka, Økern, Refstad, Disen, Lofthus, Årvoll og Tonsenhagen
Nr 1 | Februar 2025 | 78. årgang

Side 3: En visitt
hos Årvoll Kniv
og Sløyd

Side 6: Mangfoldig
seniortilbud



Side 10: Avskjeds-
intervju med
biskop Kari



Baksiden: Velkom-
men til Vårmarked
lørdag 10. mai



Foto: Jon Magne Vestøl



Tonsen menighet på internett: tonsenkirke.no |  Følg oss på Facebook | VIPPS din gave til 13096

MARIA PAULSEN SKJERDINGSTAD, SOKNEPREST
(PERMISJON)



Og det ble lys

Det siste året har belysningen i kirkerommet i Tonsen kirke fått en ansiktsløftning. I lang tid har vi hatt lyspunkter i taket som har sett ned på oss som sorte hull, og over alterpartiet har det hvilt en skygge som har hindret oss i å se de vakre fargene i Kåre Jonsborgs alterbilde.

I høst har vi fått nye spotter i taket som gir lys og liv til bildet som dekker hele alterpartiet og som også gir godt arbeidslys til prestene. I skrivende stund ser vi også fram mot at alle lyspunktene helt oppe i taket skal skiftes ut tidlig i januar.

Lys har mye å si for hvordan et rom oppleves. Lys trengs når kirkerommet åpnes opp for mennesker som kommer inn for å markere de store begivenheter i livet eller for å kjenne på et stille nærvær fra Gud og kanskje også andre mennesker. Kirkerommet trenger lys som kan bidra til at mennesker kan kjenne seg løftet og båret når de kommer inn.

Lys og mørke er sterke symboler som betyr mye i kristen tro, men også i våre liv. Bibelen starter med at Gud sier «Det skal bli lys!» og det ble lys. Når mørket er på det mørkeste i vår del av verden henter kirken fram tekster som handler om lys, slik som dette verset fra profeten Jesaja:

*Det folket som vandrer i mørket,
ser et stort lys.
Over dem som bor i dødsskyggenes land,
stråler lyset fram.*

Mørketid har også en annen og dypere betydning. Det er tiden da menneskets mørkere sider blir sterke og tydelige. Når lyset fra sola til jorda er på sitt svakeste, da er det vår oppgave å tenne lyset slik at «ingen krok er mørk», som vi synger i julesangen «Jeg er så glad hver julekveld.»

Det er så mye slags mørke som omgir oss, både rundt oss og inni oss, mørke krefter som får mer og mer tak. Det mørket finnes uansett om dagene fysiske er mørkere enn mørkest eller lyse som den lyseste sommerdag. Da trenger vi ord som kan lyse opp for oss, ord som kan minne oss om at mørket ikke skal få det siste ordet.

Jesus sa om seg selv: «Jeg er verdens lys, en som følger meg, skal ikke vandre i mørket, men ha livets lys.» Men han sa også til disiplene og sier til oss:

«Dere er verdens lys! En by som ligger på et fjell, kan ikke skjules. Heller ikke tenner man en oljelampe og setter den under et kar. Nei, man setter den på en holder, så den lyser for alle i huset. Slik skal deres lys skinne for menneskene, så de kan se de gode gjerningene dere gjør, og prise deres Far i himmelen!»

Tonsen menighet

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

Stab:

- **Sokneprest Maria Paulsen Skjerdingsstad**
(Permisjon)
- **Fungerende sokneprest Lars Kristian Gjone**
E-post: LG357@kirken.no
Telefon: 986 22 439
- **Kapellan Maren Andrea Aasulvsen**
E-post: ma774@kirken.no
Telefon: 909 21 084
- **Vikarprest Einar Strøm**
E-post: es385@kirken.no
- **Diakon Ieva Folmo**
E-post: if962@kirken.no
Telefon: 481 53 164
- **Kateket Mats A. Garte**
E-post: mg369@kirken.no
Telefon: 464 25 130
- **Daglig leder Gry Gotaas Fredum**
E-post: gf887@kirken.no
Telefon, kontor: 23 62 93 30
privat: 928 67 247
- **Organist Daniel Solyom**
(60 prosent stilling)
E-post: ds458@kirken.no
- **Menighetssekretær**
(70 prosent stilling)
Stillingshjemmel er inndratt
- **Trosopplærer Rut-Elise Berg Løwer**
Permisjon fra mai (80 prosent stilling)
E-post: rl825@kirken.no
Telefon, kontor: 974 89 500
Kontortid: tirsdag, onsdag og torsdag

Annet:

- **Menighetsrådet:**
Chris Ahrendt Haugen, leder
E-post: post.tonsen.oslo@kirken.no
- **Gavekonto:**
Bankgiro: 1503.08.60443
- **Tonsenbladet:**
E-post: post.tonsenbladet.oslo@kirken.no

Låvebygningen på Årvoll rommer mye kreativ og sosial aktivitet. Virksomheten til Årvoll Kniv og Sløyd kombinerer det kreative og sosiale i tradisjonsrikt håndverksarbeid i en kameratslig atmosfære.



En visitt hos
Årvoll Kniv
og Sløyd

Verkstedet til Årvoll Kniv og Sløyd med Kjetil Tangen i forgrunnen.

Kameratskap med kreativt og tradisjonsrikt håndverk

Tekst og foto: Jon Magne Vestøl

Da Tonsenbladet stikker innom Årvoll Kniv og Sløyd en onsdag i november, er seks godt voksne mannfolk i full virksomhet. Mens vi er der, dukker det også opp noen unggutter som har funnet et rom her for å utvikle kreativitet og praktiske ferdigheter.

Virksomheten

Vi blir tatt imot av Kjetil Tangen som er daglig leder for virksomheten sammen med Fred Øverås. Virksomheten er organisert som en frivillig, ideell organisasjon.

Kjetil Tangen forteller at det startet for tre år siden med tre stykker som laget kniv. – Vi møttes på kveldstid, sier han. – Og via jungeltelegraf ble flere interessert. Vi fikk i stand et knivkurs hvor mange har deltatt. Alt i alt har rundt regnet 400 personer vært innom virksomheten. På knivkursene er det gjennom årene blitt laget et par hundre kniver.

Kjetil forteller om avtalen de har med kommunen. – Tidligere var det vaktmester på heltid på Årvoll gård som tok seg av vedlikeholdsbehov. Nå er det driftsavdelingen i kommunen som vurderer behov for vedlikehold. Vi i Årvoll Kniv og Sløyd tar på oss en del

vedlikeholdsoppgaver, og til gjengjeld slipper vi husleie.

Allsidig håndverk

Kjetil Tangen har bakgrunn som tømrer, og da det kom fram ønsker fra brukerne om å kunne lage andre ting enn kniver, ble det åpnet for det. Det er stor spennvidde i produktene som blir laget. Kjetil forteller og viser fram bilder. Ungdommer har laget drikkekar av tre og andre produkter. En far har laget ski i bjørk til et av barna. Kjetil viser også bilde av et såkalt pin hole-kamera i eik som ble laget på verkstedet: en liten treboks med





Fred Øverås med skutemodell og landskapsmaleri.

et hull og en lukker og en film/framkalingsplate bak.

Kjetil Tangen og hans medarbeidere tar også på seg mindre oppdrag for å skaffe inntekter til driften. Under Tonsenbladets besøk kommer det en kar innom som ønsker å få slipt noen kniver mot en godtgjøring. Kjetil viser også bilder av ting de har produsert for eksterne oppdragsgivere, blant annet dreide søyler til Søre Osen kirke og utskårne speiderliljer til en speiderhytte. – Inntekter fra slike oppdrag går til vedlikehold og oppgradering av utstyr på verkstedet, presiserer Kjetil. – Virksomheten for øvrig går på frivillighet og idealisme, understreker han.

Stort aldersspenn og fornøyde brukere

Aldersspennet blant brukerne er stort, fra 10 til 80 år. Kjetil Tangen forteller at en ti år gammel gutt laget et stativ i tre til musikkinstrumentet sitt. Kjetil presiserer at barn under 14 år bare har tilgang i følge med foreldre. Han forteller at de i noen tilfeller samarbeider med skolen om å gi tilbud til elever som synes den vanlige undervisningen blir for teoritung.

Tonsenbladet veksler ord med flere av de som er innom. Kjetils medhjelper Fred Øverås utfolder sin kreativitet i flere retninger. Han arbeider med maleri og skulptur og har laget skutemodeller i tillegg til knivmaking. For øyeblikket

holder han på med å forme en skål ut av en treknute. Fred forteller at han startet med tegning som guttunge og har drevet med maling siden slutten av nittitallet. Interessen for skutebygging og treskjæring har han «arvet» fra far og bestefar.

Arne Haugen har laget to trekrakker og holder nå på med utsmykkede dorullholdere til julegave. Han er full av lovord om tilbudet. Han sier det minner ham om sløyd, som var hans favorittfag på skolen. Han beskriver det som nesten for godt til å være sant at man kan komme et sted med så god tilgang til verktøy og få kyndig veiledning av andre.

Ungguttene Luke og Marco er også godt fornøyd med stedet og har tatt med seg en kamerat for å vise ham rundt. Marco er opptatt av friluftsliv og forteller at han har laget en kniv og et skaft til en øks og slire til begge deler. Når vi er innom verkstedet et par uker senere, viser han oss også et krus i tre som han har laget. Han vurderer også å lage et sjakk Brett.

Luke sier han lærer mye av å være på verkstedet. – Det er fantastisk å komme her, sier han. – Kjetil lærer oss mye og det er et hyggelig miljø. Luke sier han synes det er gøy å utvikle skisser ved å tegne på papir og så lage det han har tegnet. Han forteller at han har laget en veggmontert magasinholder.

Marco med selvlaget trekrus.

Gapahuk-prosjekt ved Isdammen

Virksomheten har også engasjert seg i området ved Isdammen på Tonsenhagen hvor de har satt opp bålpanne og en lavvo. Kjetil Tangen forteller at de nå har et nytt prosjekt på gang der oppe. Firmaet Aarsrud Bygg har donert en laftet gapahuk som de har hatt liggende på lager. Planen er å få reist gapahuken oppe ved Isdammen til glede og nytte for allmennheten.

– Vi er i prosess med Plan- og bygningsetaten om å sette den opp på nordsiden av Isdammen, sier Kjetil. – Gapahuken er i åtte toms tømmer og villmarkspanel. Kommunen har bevilget 20.000 i såkornmidler til etableringen. Planen er å ha bålpanne foran og benker inne. Når tillatelse foreligger, vil vi kalle inn til dugnad i nabolaget rundt Isdammen for å sikre bredt ansvar for å ta vare på gapahuken.

Stor interesse

Årvoll Kniv og Sløyd har åpnet på dagen og to kvelder i uka. Verkstedet har et pauserom hvor det serveres kaffe og frukt. Praten rundt bordet er jovial og godlynt og vitner om et godt sosialt samhold. Kombinasjonen av håndverk og kameratskap vekker interesse også utover de faste brukerne. Kjetil Tangen og Fred Øverås forteller at de har pågang av flere som ønsker å få bruke verkstedet. – Vi drøfter nå om vi kan få til en slags rullering, ved at vi fordeler ukedager mellom brukerne, eller ved at de som har laget ferdig noe, slipper til andre en periode.



Personalendringer i staben



Foto: Mats Alschohani Garte

Fra 1. januar ble det endringer i staben i Tonsen menighet. Da gikk sokneprest Maria Paulsen Skjerdingsstad ut i permisjon. Hun skal de neste to årene være nasjonalt verneombud for ansatte i Den norske kirke.

I denne perioden blir Lars Kristian Gjone konstituert sokneprest. Einar Strøm er ansatt som vikarprest, slik at menigheten fortsatt har tre prester. Han tiltrer ca 1. april.

En god start på fasten



Askeonsdag, 5. mars kl 18:00
inviterer vi til en stille inngang til fastetiden med en enkel kveldsmesse, med bønn, askekorstegning og nattverd.
Prest Maren Andrea Aasulvsen leder gudstjenesten.

MATS A. GARTE
KATEKET I TONSEN MENIGHET



Til ettertanke

En god venn

«Gode venner er som stjerner, det er ikke alltid du ser dem, men du vet at de er der.»

Selv om det er Alan A. Milne som har skrevet fortellingene om Ole Brumm, så hviler jeg godt i tanken på at en liten gul teddybjørn som elsker honning, har sagt dette en gang. En liten teddybjørn som bor i Hundremeterskogen og som gir et inntrykk av at han bare tenker på neste måltid, som gjerne er en stor krukke med honning. Men Ole Brumm er også en som stiller opp for vennene sine. Med både gode handlinger, en god dose humor, litt naivitet og en hel del livsvisdom, stiller Ole Brumm opp for de som er rundt ham.

Jeg har hørt mange si at Jesus er min venn. Barn, ungdom og voksne har ofte svart dette når de får spørsmål om hvem Jesus er.

Men hva kan man si er et godt vennskap? Jeg tror det innebærer at det er noen man kan snakke med, noen man kan le og gråte med og at det er noen som stiller opp for hverandre. Og jeg tror at Jesus er en sånn type venn. En venn som stiller opp, både når ting er bra og når ting ikke er så bra. En venn som alltid er der for oss, både når vi ber om det og når vi ikke ber om det.

Jeg tror at Jesus vil være alle sin venn. En venn som er villig til å gi alt, til og med sitt eget liv.

Jesus er også en venn som er litt mystisk. Jeg tror disiplene som var sammen med Jesus, ofte var forvirret, spesielt Jesus ble satt på prøve og han svarte med å fortelle lignelser og fortellinger. For mange av de store spørsmålene som Jesus ble stilt, ble ikke svart på med enkle og konkrete svar. Jesus ga ofte svar i form av lignelser, som gjorde at de som hørte på han måtte tenke selv.

Og jeg tror Jesus vil være en sånn type venn. Ikke en venn som kommer med enkle svar, men som får en til å tenke over det som han svarer. En venn som er der i medgang og i motgang. En venn som er villig til å gi sitt eget liv for at den andre skal ha det bra.

At man har Jesus som venn kan relateres til utsagnet til Ole Brumm om vennskap. «Det er ikke alltid man ser dem, men du vet at de er der». For han har gitt oss et løfte om at han skal være med oss og passe oss hele livet. Både i oppturer og i nedturer.

Og det er ikke alltid vi kan merke at Jesus er med oss som en venn. Men det er som Ole Brumm sier. Du vet at de er der!

Fra kontorer i Årvoll omsorgssenter ledes et mangfold av aktivitetstilbud for aldersgruppen «Senior 60 pluss» i bydel Bjerke.



Nøkkelpersoner i seniortilbudet. Fra venstre seniorveileder Anne-Lise Skjæveland, konsulent Tanja Cullum, husvert Liv Enerhaugen og frivillighetskoordinator Eva B. Bøen. Foto: Jon Magne Vestøl

Mangfoldig tilbud for seniorer

Tekst: Jon Magne Vestøl

Mange er kjent med kaféen «En glad gutt» som holder til i Årvoll omsorgssenter. Kaféen utgjør et av mange tiltak som inngår i bydelens satsning for aldersgruppen «Senior 60 pluss». Tonsenbladet har tidligere hatt oppslag om tilbudet på Startblokka hvor det er et drop-in treningstilbud med fysioterapeut og sosiale samlingspunkt i Stjerneklubben og Fredagsklubben. I denne reportasjen fokuserer vi særlig på virksomhet knyttet til Årvoll omsorgssenter og arbeidet som gjøres av mange frivillige.

Ledelsen og tilbudet

I kontorer like ved kaféen i omsorgssenteret arbeider imøtekommende og initiativrike ansatte som sørger for at bydelens seniortilbud vedlikeholdes og utvikles. Seniorveileder Anne-Lise Skjæveland og konsulent Tanja Cullum har det overordnede ansvaret, med frivillighetskoordinator Eva B. Bøen som

en viktig medspiller. Og i resepsjonen på omsorgssenteret møter vi husverten Liv Enerhaugen som kan svare på mange spørsmål om tilbudet på huset.

Konsulent Tanja Cullum forteller at seniortilbudet er en del av virksomheten til samfunnsutviklingsseksjonen. Virksomheten omfatter aktiviteter på ulike steder i bydelen som Årvoll omsorgssenter, Årvoll gård, Startblokka, Demo Linderud og Kulturhuset Veitvet, og inkluderer treningstilbud og ulike sosiale aktiviteter (se egen rammetekst). Tanja Cullum forteller at det nylig også er startet seniortreff på Ulven og Økern, men for tiden uten faste tider.

Årvoll omsorgssenter har noen tiltak som er åpne for alle, og noen som bare er for beboerne. Åpne tilbud er Bingo og Herreklubben. For husets egne beboere er det beboertreff hver tirsdag hvor 30-50 personer møtes. En særskilt aktivitet i 2024 har vært et VM på ergometersykel for seniorer, hvor beboere har tråkket langs ulike sykkeltraseer som er vist på storskjerm. Tilbudet i bydelen innebærer

også ulike former for oppfølging. Vi får opplyst at seniorveileder Anne-Lise Skjæveland har et særlig ansvar for å ta kontakt med beboere i bydelen som er passert 80 år og ennå ikke er registrert med noe oppfølgingstilbud.

Konserter og arrangementer

På omsorgssenteret arrangeres det jevnlig konserter med ulike artister. Koret Rustne Røster er en jevnlig bidragsyter. I seniortilbudet i bydelen inngår også konserter på Kulturloftet på Årvoll Gård. Julekonserten 2. desember 2024 var med gruppen Jul i nord som presenterte nordlandsviser og julesanger i ny drakt. I august 2024 var det jazzkonsert med Natalie Aldema Trio som framførte klassiske låter fra sitt omfattende repertoar.

Koordinering av frivillighet

Frivillighetskoordinator Eva B. Bøen er ansatt i en deltidsstilling og bruker 20 prosent av sin stilling til arbeid som frivillighetskoordinator for hjemmetjenesten. Dette gjør hun i samarbeid

med rehabiliteringstjenesten på Årvoll omsorgssenter. Hun forteller at hun har en base på 10-12 frivillige medarbeidere. De er pensjonister som ønsker å bruke av sin tid på å yte innsats for mennesker som har behov for ulike støttetilbud. De frivillige medarbeiderne deltar i samlingsstunder og andre aktiviteter for seniorer flere steder i bydelen. Noen av dem bidrar også med følgetjeneste til lege og lignende, i samarbeid med hjemmesykepleien.

Eva B. Bøen forteller at en del av hennes arbeid som koordinator er å rekruttere nye pensjonister som frivillige. For å skape et sosialt miljø for de frivillige arrangeres det en lunsj fire ganger i året.

En frivillig medarbeider

Borghild er en av de som bruker deler av sin pensjonisttilværelse som frivillig i bydelens eldreomsorg. Hun ivaretar flere oppgaver og deltar som medarbeider i Fredagsklubben som møtes på Startblokka, men også med vaffelsteking på Årvoll gård når det er konserter der. Hun er følgesvenn for eldre som trenger følge når de skal til tannlege eller lege. Borghild forteller at det å bidra som frivillig byr på mange ulike muligheter. Hvilke oppgaver og aktiviteter man går inn i, avklares gjennom en samtale med en konsulent. Man får også tilbud om et frivillighetskurs på Årvoll omsorgssenter og får delta i lunsjer for de frivillige sammen med koordinator og konsulent og husvert på Årvoll omsorgssenter. Det er koordinator Eva B. Bøen som fordeler oppgaver mellom de frivillige.

Borghild opplever det å være frivillig som svært meningsfullt: «Da jeg gikk av med pensjon, opplevde at jeg hadde mer å gi til andre», sier hun. «Jeg synes det er veldig godt å kunne bidra med noe og kjenne at det fortsatt er behov for en».

Herreklubb på Årvoll

Ett av tiltakene som drives av frivillige på

Stjerneklubben samlet på Fjøsloftet på Årvoll Gård. Foran til høyre seniorveileder Anne-Lise Skjæveland sammen med Arild Sørsum som også jobber med seniortilbudet. Bak til venstre Marit Sivertsen, en av de to frivillige som driver Stjerneklubben. Foto: Tanja Culum

omsorgssenteret, er Herreklubben, som er et sosialt møtepunkt for mannlige seniorer. Klubben møtes annenhver torsdag fra kl. 17:30 på Årvoll omsorgssenter.

Tonsenbladet møter Ragnar Kristiansen, Odd Arne Hølmo og Kjetil Slettbak til en prat om klubben i kaféen på senteret. De forteller at klubben har holdt på 2-3 år. Den ble til på initiativ fra noen som savnet et treffsted for menn. Ragnar Kristiansen fulgte opp initiativet, og siden har de møttes jevnlig. Konseptet er enkelt. De møtes til uformell prat rundt bordet med kaffe og kake. Samtalen kan handle om alt fra daglige spørsmål til de store verdensproblemer. De fleste som møter fram, er beboere på omsorgssenteret. Men det er også enkelte deltakere utenfra, og det blir understreket at det er plass til flere mannlige seniorer på treffet.

Stjerneklubben

Stjerneklubben på Startblokka er allerede nevnt. Den møtes onsdager klokken 11-13 og er åpen for alle seniorer i bydelen. Ledere er Maaïke Lahaise og Marit Sivertsen, som begge har utdannelse som billedkunstner og pedagog. Gode samtaler er klubbens varemerke, men de driver også med kunstneriske aktiviteter, (stol)yoga, biljard, hagestell med mere. Klubbmøtene starter med felles fysiske øvelser før man spiser medbrakt mat og fortsetter med andre aktiviteter.

Informasjon og kontakt

Seniortilbudet i bydelen har som formål å gi livskvalitet og livsglede til den eldre delen av befolkningen. De som ønsker mer informasjon, kan finne dette på Facebook-siden Senior i Bjerke og på

Oslo kommunes Helseveiviser på nettet. Her finnes også kontaktinformasjon.

Senioraktiviteter i Bydel Bjerke:

Årvoll omsorgssenter

- Trening: sirkeltrening, styrketrening, egentrening
- Sosiale aktiviteter: onsdagsklubb, bingo, herreklubb, seniortreff, trim & frokost
- Kaféen En glad gutt
- Konserter

Årvoll gård

- Trening: «Fjøsloft»
- Sosiale aktiviteter: datakafé, gårds-kafé og søndagskafé
- Konserter

Startblokka

- Trening: drop-in egentrening, med veiledning av fysioterapeut på mandager
- Sosiale aktiviteter: Stjerneklubben, biljardspill, Fredagsklubben, Kaféen Drabanten

Demo Linderud i Linderud senter

- Sosiale aktiviteter: seniortreff, morgenkaffe på biblioteket

Kulturhuset Veitvet

- Trening: egentrening
- Kulturvirksomhet: Koret Rustne Røster
- Sosiale aktiviteter: seniordans, Kaféen Drabanten

Ulven og Økern

- Nyoppstartede tilbud: seniortreff



«Klokkeklang» kommer til Tonsen kirke 23. mars



Foto: Privat

«Klokkeklang» er en gruppe som spiller håndklokker og er et musikk-arbeid for mennesker med psykisk utviklingshemming i Oslo. I tidligere år har de deltatt på Tonsen menighets tradisjonsrike kulturkveld «Musikk og Mat». Søndag 23. mars kommer de til Tonsen igjen – denne gangen for å spille i gudstjenesten.

Gruppens musikalske leder Burghard Wellmann forteller at håndklokker er de store kirkeklokkenes «små søstre». Håndklokker finnes i forskjellige størrelser. De er lette å holde i hånden, enkle å spille på – og nydelige å høre på.

Gudstjenesten er med nattverd. Medvirkende sammen med «Klokkeklang» er prest Lars Kristian Gjone, organist Daniel Solyom og diakon Ieva Folmo. Diakoniutvalget sørger for god bevertning på kirkekaffen. Velkommen!

Tonsenmessa med et flott resultat



Vi ønsker å takke alle som på forskjellige måter bidro til et flott resultat på Tonsenmessa 9. november 2024 – nettoresultatet ble 154.100 kroner. Tusen takk til Superkidz og Tweens som kom og sang.
En hjertelig takk fra Tonsenmessekomiteen

Tonsen menighet har behov og et sterkt ønske om en godkjent, hvit messehagel. Den vi har er svært slitt etter mange års bruk.

Kirken trenger ny messe- hagel og du kan gi en gave

Dagens messehagel er innkjøpt av en tidligere prest i menigheten. Den kommer fra Spania, er trolig produsert for den katolske kirke og har aldri vært godkjent for bruk i kirkerommet.

Kirkekunstner Borgny Svalastog

Kunstneren Borgny Svalastog har laget en rekke kirketekstiler og flere bispekåper. Nå har hun sagt ja til å lage en hvit messehagel til menigheten som skal overleveres i år på Allehelgensdag.

Vi trenger din hjelp til finansieringen

Menigheten har noen midler som er avsatt til utstyr i kirkerommet, men det meste må finansieres av gaver. Vi håper at du vil bidra.

Vippse din gave til 950680

Alt du trenger å gjøre er å vippse gaven din til 950680 og merke gaven med «Innsamling til ny messehagel». Du kan også gi en gave på bankkontonummer: 1503.08.60443 og merke innbetalingen «Innsamling til ny messehagel». Oppdateringer skal bli gitt både når det gjelder innsamlet beløp og progresjon i arbeidet.

På forhånd; hjertelig takk!

Tonsen menighetsråd



Om messehagel og menighetens kirketekstiler

Messehagel er en liturgisk overbekledning som brukes av prester under nattverden og i høytider, men er langt mer enn dette; symboler og motiver farger det hellige og gir høytid. Plagget er formet som en kort kappe uten ermer og åpen i sidene. Bruk av messehagel i vår kirke stammer fra den katolske kirke, og i Norge er det bevart slike fra 1500-tallet.

Vår grønne messehagel er tegnet av Finn Kraft, og den røde og fiolette er tegnet av Kåre Jonsborg som har malt alterveggen. Disse er fra 1960-tallet.

I 2001 fikk Tonsen kirke sin første godkjente alterduk og samtidig grønn midtløper, prekestol- og lesepultklede – alt tegnet og formgitt av Anne Landsverk. I 2002 leverte hun de fiolette tekstilene, i 2007 kom de hvite og i 2011 kom de røde tekstilene. Alt dette ble muliggjort av innsamlingsaksjoner i menigheten.

Om kunstneren Borgny Svalastog

er en norsk billedkunstner, utdannet ved Vestlandets Kunstakademi. Hun har laget en rekke kirketekstiler til ca 50 kirker, samt bispekåper. Hun er en fargens mester med et sterkt grep om symboler og det stede ved hver enkelt kirke. Sjekk henne ut på nettet.



Foto: Privat



ELISABETH LUNDE SELAND
(som har vært med i menigheten fra 2000)

Min salme

Stillhet – ettertanke – tjeneste

Da jeg for mange år siden tok sykepleierutdanningen min på det som da het Menighetssøsterhjemmet var det tradisjon at hvert kull hadde sin kullsang. Sangen vår ble «Herre, gjør det stille i mitt indre». Denne sang vi i flere sammenhenger, senest i høst da mange av oss møttes. Det har også blitt min sang som har fulgt meg siden. Jeg syns den sier mye om hva vi har behov for og hva som er vårt oppdrag i verden.

Salmen er en bønn om stillhet og fred i sjel og sinn, noe som oppleves nødvendig når så mye annet vil forstyrre oss og oppta tiden vår. Det er når Gud får oss inn i stillhet at han kan få sagt oss og gitt oss det han ser at vi trenger. Salmen handler videre om oppgavene vi som privatpersoner og kirke har: å lindre nød, fortelle andre om hva Gud har gjort, og dele av vår glede. Når Gud får vår oppmerksomhet og stillhet utrustes vi til dette. Når vi legger vårt eget bak oss har vi mer enn nok i Guds nåde.

Salmen er fra 1919, forfatter er ukjent. I Norsk salmebok står den som nr 454 med melodi av Ludvig Rasmussen. Jeg er mest vant til å synge den til en annen melodi av Andrew Lloyd Webber, men begge melodiene er fine og passer godt til teksten.



T: Ukjent
1919
M: Ludvig
Rasmussen,
omkring 1920
Norsk
Salmebok
2013
Nr 454

Herre, gjør det stille i mitt indre

*Herre, gjør det stille
i mitt indre,
senk din dype fred
i sjel og sinn!
Send meg så i verden
ut å lindre deres nød
som tårer har på kinn.*

*Herre, gjør det stille
i min tanke,
så den kun kan romme
deg og ditt!
La meg så til bange sjeler
vanke, få fortelle dem
hva du har lidt!*

*Gjør det stille
om meg her på ferden.
La meg være en
av dine små,
som kan ydmykt vandre frem
i verden med litt sol hvor
dagene er grå!*

*Herre, gjør meg stille!
Herre ta meg
som den minste tjener
i din flokk kun når alt mitt
egget ligger bak meg,
i din nåde har jeg mer
enn nok.*



Foto: Pexels

Hjelp i sorgen?

Den som sørger, opplever ofte at en blir alene med sin sorg. Det å kunne snakke med noen er en støtte på veien. Ta gjerne kontakt med prest eller diakon, hvis du ønsker en samtale. Se kontaktinformasjon for kirkens ansatte på side 2. Diakonen kan også fortelle nærmere om tilbud om sorggrupper og andre møteplasser for de sørgende.

Egen dåpsguds- tjeneste 26. april

Tonsen kirke legger til rette for lørdagsdåp **26. april kl 11**. Denne dåpsgudstjenesten kommer i tillegg til de vanlige søndagsgudstjenestene.

Velkommen til ny vikarprest



Vår nye vikarprest har sendt menigheten en hilsen:

Jeg heter Einar Strøm, og er en 56 år gammel trønder som nå har grepet sjansen

til å jobbe i kirken vår i Oslo: Tonsen menighet. Vi, kona og jeg, har leilighet i Brobekkveien, og de to guttene våre med familier bor i området med to barnebarn. Vi har en datter med familie boende i Kristiansand. Vi gleder oss til livet i Tonsen menighet.

Gjestfrihet er kirkens kjennetegn



Foto: Johannes Reindal

Avskjedsintervjuet ble gjort i desember der Kari Veiteberg oppsummerer sine syv år som Oslos biskop

Hvordan vil du oppsummere syv år som biskop i Oslo, så langt?

Det er nå jeg skulle begynt, etter alt jeg har lært og alt jeg har fått være med på. Jeg er full av takknemlighet, det har vært kjempespennende – særlig det å dra rundt og se hvordan det er både utenfor husene og inni. Jeg er blitt skikkelig god på geografi i Oslo, Asker og Bærum, og det er jeg ganske stolt av!

Så har jeg også hatt Døveprostiet, og det å ha et miljø i landet vårt der tegnspråk er førstespråk, der jeg må sitte og se meg inn med øynene og være en del av en forsamling som har et annet språk enn meg som førstespråk, det har vært veldig bevisstgjørende. I løpet av min bispetid har vi også fått mer oppmerksomhet på samisk, skogfinsk og kvensk miljø, gjennom blant annet Sannhet- og

forsoningskommisjonens arbeid – hvordan har det vært for de å vokse opp i landet vårt? Det å få del i de erfaringene, de historiene, ta del i gudstjenester med samisk og kvensk liturgi, det har vært rikdom i løpet av mitt bispevirke.

Noe av det største som skjedde under din bispegjerning, både globalt og lokalt, var jo Covid19. Hvordan opplevde du kirkens og menighetenes håndtering av pandemien?

Alt som har med beredskap å gjøre ble satt på prøve – og vi fikk vist at vi er gode! Pandemien hadde mange faser, og jeg merker at de ansatte reagerte veldig ulikt. Selv merket jeg at jeg er avhengig av en god flokk rundt meg, på bispekontoret med alle deres funksjoner, med prostene og ikke minst med kirkevergene.

Det å tenke på «hvordan snakker vi

om, og hvordan feirer vi jul og påske» var veldig interessant. Det handlet i bunn om menneskeverd, verdighet og respekt, ikke minst overfor våre eldre på helsefor-etak og sykehjem og ungdommen.

Hva gjør vi med de som akkurat nå er helt avhengige av denne praten med noen for å overleve?

Dette grunnleggende behovet for fellesskap og å ha en å snakke med ble enda tydeligere under pandemien. Særlig diakonene våre startet med telefonlister og oppringing. Jeg ble vitne til enorm kreativitet blant de frivillige og ansatte. Jeg merket at her strekker vi oss utrolig langt (også bokstavelig – jeg så en dåp ble utført med øse for å opprettholde 1-meter-regelen), og jeg er utrolig stolt over det laget og det fellesskapet vi er som kirke, og som ble veldig tydelig under pandemien.

Så må vi ikke glemme lærdommene vi gjorde oss under pandemien – både hva gjelder digital kompetanse og smittevern, men også at vi alle har en helse, fysisk og psykisk. Fellesskap er utrolig viktig for oss, og også de åpne kirkene, hvor vi tilbyr rom til stillhet, lystenning, bønn, hvile og ettertanke i en travel hverdag – det er en del av hverdagsberedskapen.

Alt i alt kan vi si at mange tanker vi hadde om kirkens tilstedeværelse i samfunnet vårt før pandemien viste pandemien at er sanne!

Du har vært på visitas i over 20 menigheter og institusjoner. Dette er store, omfattende besøk og travle uker når det står på. Er det noen fellestrekk ved disse, eller noe spesielt som du ønsker å trekke fram?

Noe av det jeg sitter igjen med er bevisstheten om at kirken gjennomgående kan bety noe for ungdommer. Det er en litt gjemt hemmelighet og vi må ha nok frivillige til det, men det at det finnes et sted som kan tilby en trygg skulder eller en samtale, det er det et ønske om blant ungdom i hele bispedømmet. Det for ungdom og unge voksne å ha et sted å møtes, og kanskje spise middag, være sammen eller få noen

Tonsenbladets Quiz

Spørsmål 1: Hva heter popstjernen som spiller en av hovedrollene i film-musikalen *Wicked*?

Spørsmål 2: Hvilke var de to første norske verdensarvområdene som ble skrevet inn på UNESCOs verden-arvliste?

Spørsmål 3: Hvor bor Jo Nesbøs romanfigur Harry Hole?

Spørsmål 4: Hvilket treslag er verdenstreet Yggdrasil?

Spørsmål 5: Hvem vant finalen av Farmen 2024?

Spørsmål 6: Hvilken europeisk monark kan man kjøpe i dropsform?

Spørsmål 7: I 1054 fant paven i Roma og patriarken i Istanbul ut at de skulle lyse hverandre i bann. Dermed ble den ortodokse og katolske kirke skilt fra hverandre. Hva kalles denne hendelsen?

Spørsmål 8: Hva er etternavnet til søsknene Brooklyn, Cruz, Romeo og Harper Seven?

Spørsmål 9: Hvem sa «Men kor skal vi reis hen?» omtrent hver påske i NRK P1 fra 1987 til 2024?

Spørsmål 10: Hvilke norsk idrettskjendis gjemmer sitt fulle navn i anagrammet **Ung Lærsko relasjon**?

å snakke med, det har vi som punkt etter nesten alle vitaser i en eller annen form. Noe jeg har erfart som oppløftende er hvor positive skolene er når de blir kjent med hva vi kan tilby inn på forskjellige nivå, og at vi kan bidra med mye mer enn skolegudstjeneste før jul, selv om det jo er noe av det fineste vi gjør, men kanskje ikke den aller siste dagen før ferien, sier flere skoleledere. For eksempel å snakke med tredjetrinn om sorg når de har om det i læreplanen, og å komme sammen med representanter fra andre tros- og livssynssamfunn til skolene er noe som ofte blir satt stor pris på.

Det vi også ser når vi går rundt med fellesrådene, er at det er lettere å få fortgang i utbedring av bygg under en vitas enn i en normalsituasjon, noe som er gledelig! Vi ser jo også at vitasen er en døråpner inn mot kommune og bydel. Det er viktig å møtes og snakke om hva vi kan gjøre sammen for å gjøre lokalsamfunnet vårt godt og trygt. Slik kontakt må selvsagt vedlikeholdes utenom vitasen, men jeg har erfart at en vitas fungerer som en katalysator for et slikt samarbeid.

De økonomiske utfordringene står for tur for både kirken, kommunene, og enkelt-menneskene. Hvordan kan vi som kirke møte dette?

Dette er jo noe som rammer oss på mange nivå. Det skaper fort uro og for flere, frykt. Noe av vårt kjernebudskap som kirke er at det ikke skal være forskjell på folk, alle skal bli møtt med samme verdighet og omsorg. Så det vi tilbyr av livsriter og gudstjenester og arrangementet i sognet til den enkelte, skal så godt som være gratis. Ja, det koster noe å dra på konfirmasjonsleir, men da spleiser vi. Jeg brenner veldig for å lage slike møteplasser, hvor det ikke oppstår dette skille mellom de av oss som kan ha masse og de av oss som kan ha lite.

Det er lett å tenke øst/vest, rik/fattig, men det vi ser i hele bispedømmet vårt er at det er en blanding av alt, overalt. Vi kan komme i situasjoner i livet våres som kan være både utmattende og vonde, uansett hvordan vi er stilt, og da er det viktig å ha et sted man kan komme til med alt sitt. Gjestfrihet er kirkens kjennetegn, og det vil det fortsette å være.

Vi merker at det blir innstramminger i bevilginger til Den norske kirke, og at vi ikke har like mye penger som da jeg startet. Da må vi bare komme sammen alle sammen – frivillige også. Vi trenger hverandre, og jeg har veldig lite motivasjon til å stenge noe som helst. Vi har i min tid levd gjennom en del strømsparing, og klart det med relativ stor suksess. Her også var det stor kreativitet og «ullteppedugnader» som brakte oss igjennom. Jeg har stor tro på denne kreativiteten inn i disse utfordringene.

Hvilke utfordringer og muligheter står Oslo bispedømme ovenfor i tiden som kommer?

Jeg tenker vi må bli enda mer beviste hver menighets særegenhet, og løfte fram alle de felles tingene som er unikt for oss som folkekirke. Vi åpner rom for tro – til hverdags, sorg og fest! I Oslo sentrum er det få folk som bor, men mange som oppsøker. Her har Domkirken og Trefoldighetskirken et helt spesielt repertoar, mens for eksempel Hauketo og Lommedalen har sine unike særtrekk for menneske som bor der. Så er Oslo Norges største studentby, og har blant annet «Mer i Ila» som hele Oslo bispedømme står sammen om, og her også kan vi tenke på lignende fellesprosjekter for hele bispedømme som retter seg mot en utvidet målgruppe.

Så har vi også utbyggingsområder. Hva skjer på Hovinbyen, på Fornebu-landet, på Filipstadkaia? Hvordan vil de som flytter inn møte folkekirken der? Mange prosti har utbyggingsområder som gjør noe med hele lokalsamfunnet, og det er noe jeg skal sitte og følge med på fremover, for det er en veldig spennende utfordring som vi i bispedømmet gjerne vil bli med på.

Hva blir dine ønsker inn i juletiden?

Mine ønsker er i julebudskapet. Både Frykt ikke, og Fred på jord! At vi alle tar oss tid til å grunne over barnet, at Gud kom til oss som et lite barn – helt sårbar og avhengig av omsorg.

Jeg vil oppfordre alle til å sette opp juletre og pynte med kuler og stjerner, lys og hjerter! Se på lysene og studer treet og pynten, se på symbolikken og grunn over det du ser. Og syng julesanger, av full hals, i glede og protest: «Deilig er jorden» Da kommer julen!

Svarene
1) Ariana Grande
2) Bryggen i Bergen og Urnes stavkirke
3) Sofies gate 5, på Bislett
4) Ask
5) Heidi Lereng
6) Kongen av Danmark
7) Det store skisma
8) Beckham
9) Viggo Valle, i Påskelabyrinten
10) Ole Gunnar Solskjær

Ønsker du samtale eller forbønn?



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

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



Velkommen til salmekveld kl 19:00 tirsdag 1. april i Tonsen kirke med Tonsen kammerkor. Her kan du lære fine og litt ukjente påskesalmer sammen med koret. Organist Daniel Solyom leder og akkompagnerer.



Vårdugnad utenfor kirken 10. april

Bli med torsdag 10. april kl. 10:00 der vi ordner med blomsterbedet, plukker søppel, raker og ellers det som trengs. Ta med niste. Vi ordner med te og kaffe. Velkommen til en hyggelig formiddag med vårdugnad og fellesskap.

Takket være Kirkens Nødhjelps fasteaksjon, der mange millioner blir samlet inn i menighetene i Norge hvert år, kan Kirkens Nødhjelp bidra til at flere får tilgang til vann og kan skaffe seg mat og et levebrød.

Fasteaksjonen gir håp midt i tørken



Catherine Mweemba (63) er nå i stand til å dyrke mat selv om det er tørke og har fått tilgang til vann. Hun har lært å dyrke ved hjelp av dryppirrigasjon. Foto: Håvard Bjelland.

I denne grønnsakshagen dyrkes det mais, tomater, kål og belgfrukten okra. Vi er i distriktet Gwembe sør i Zambia. Rett utenfor den irgrønne oasen er bakken brun og knusktørr. De fleste trær og planter er inntørket. Elveleier og bekker er uten vann.

Tørken har pågått i hele 2024 i store deler av sørlige Afrika. Zambia er et av de hardest rammede landene. Regntiden i slutten av 2023 varte kun i tre uker, mens det normalt kan regne i flere måneder.

Tekst: Åsne Gullikstad

Avlinger har kollapset over hele Zambia i den verste tørken på 20 år. Men det finnes unntak: I et av de verst rammede områdene har de klart å dyrke mat gjennom hele tørken.

«Kom og se», synger Catherine Mweemba (63) høyt mens hun danser på åkeren, midt blant en gruppe kvinner som står bøyd over jorda og hakker. Catherines ansikt sprekker opp i et stort smil. De andre kvinnene synger tilbake: «Kom og se hva vi dyrker her! Kom og se at vi planter, kom og se at vi vanner, kom og se hva vi høster!»

Catherine Mweemba kommer hit tre ganger i uka for å dyrke grønnsaker.

Årets fasteaksjon skjer fra 6.-8. april. Vipps til 2426. Din støtte kan redde liv.

Langvarig tørke i det sørlige Afrika har forårsaket regionens verste sultkrise på flere tiår, ifølge FNs matvareprogram (WFP). I Zambia er 12,2 millioner mennesker rammet av tørke. Kirkens Nødhjelp og deres partnere driver flere prosjekter med klimasmart landbruk i Zambia. I disse prosjektene har innbyggerne fått økt tilgang på vann. De lærer å dyrke på en måte som krever lite vann, og som gjør at de kan dyrke hele året, også gjennom tørke. Det gir dem mat og inntekter.



Barnas



Fargelegg!

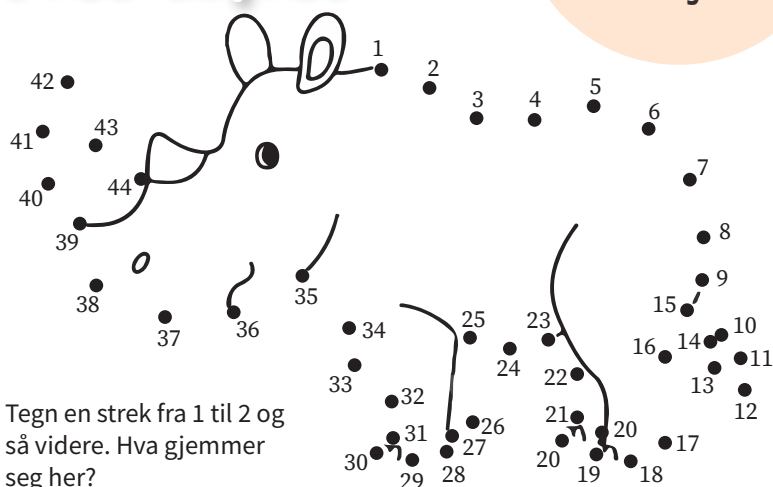


Slik så Johannes for seg den nye himmel og den nye jord.

Tegning: Kari Sortland

Vitser

Prikk til prikk



Tegn en strek fra 1 til 2 og så videre. Hva gjemmer seg her?

– Kelner!
Fluen i suppa
mobber meg!
– Ja. Det er en
ertesuppe.

– Hunden min har
lært seg å snakke!
Det er helt sant!
– Jeg vet det.
Bikkja mi fortalte
det i går.

Gi barnebladet
Barnas til et barn
du er glad i!

Disse oppgavene er
hentet fra bladet.

Bestill abonnement
på sondagsskolen.no
eller 22 08 71 00



Finn fem feil

De to bildene er nesten like. Finner du de fem feilene i bildet under?



Tegning: Alessandro Coppola og
Salvatore Callerami



Søndagsskolen – mer enn du tror

For barn

Babysang



Foto: Kirkerådet

Babysang er et tilbud for babyer og foreldre i Tonsen kirke. Her får du muligheten til å bruke sang og musikk til å knytte bånd mellom deg og barnet ditt. Samtidig treffer du andre barn og foreldre i ditt nærmiljø. Babysang er på torsdager og i store menighetssal. Vi starter klokken 11:00 og 12:00. Følg med på hjemmesiden til kirken for mer informasjon og på facebook-gruppen: Babysang i Tonsen. For spørsmål, kontakt kateket Mats A. Garte: mg369@kirken.no.

Superonsdag

fortsetter annenhver onsdag i oddetalls-uker. Våren 2025 tester vi ut en lokal leverandør av varmmat. For å beregne mengden som trengs legges det opp til påmeldingsordning. Meld på enten i SPOND, eller på Facebook. I Spond kan gruppen søkes opp med koden ADKVQ. På facebook postes arrangementer i gruppen «Barn i Tonsen», med Superonsdag er et treffsted for barnefamilier i Tonsen kirke. Vi møtes annenhver onsdag kl. 17.00-18.10 (dørene åpnes 16:45). For info om betalingsordninger og andre spørsmål, se kirkens nettside, eller kom på en Superonsdag og prøv om dette gir mersmak! Kontakt: tonsensuperonsdag@gmail.com

Superkidz

Superkidz er et kor for barn fra 1. til 4. klasse. Vi møtes i kirken hver onsdag, kl. 17.30-18.15. Her er sang og lek i fokus.



Tween Sing

Tween Sing er et tilbud for 5.-7. klasse. Liker du

å synge, gjøre dramaleker og være kreativ? Tween Sing møtes hver onsdag kl. 18.30-20.00 i Tonsen kirke (vi følger skoleruta).



Søndagsskolen

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

16. mars. Se hjemmesiden for øvrige datoer.



Speider –

7. Oslo Kanaljene

Vi holder til i kirkens underetasje hver tirsdag fra kl. 18 til 19:45. Nettside: www.7oslo.no



Ungdomsklubb

Hver torsdag fra kl. 19:00 til 21:30 har vi ungdomsklubb i Tonsen kirke! Åpent for alle på ungdomstrinnet og

videregående.

For voksne

Tonsen kammerkor

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



Kontakt dirigent Daniel Solyom for informasjon, e-post: ds458@kirken.no

Oslokolet

Kor på omtrent 100 engasjerte gutter og jenter (og kvinner og menn) i 20- og 30-årene som skaper seksstemt magi – både på øvelse, sosialt og når vi opptrer. Vi øver hver mandag i Tonsen kirke fra 18.30-20.45. Les mer på www.oslokolet.no

Fellesskapsmåltid og keltisk kveldsbønn



For 70 kroner får du et enkelt suppermåltid kl. 17.00 i store menighetssal:

Datoer: 14. januar, 11.

februar, 11. mars,

8. april og 13. mai. Samlingen avsluttes med kveldsbønn i kirkerommet. Velkommen!

Onsdagstreff

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

29. januar: «Hvordan er det å leve i stillhet og bønn?» Et møte med Sr. Anne-Lise fra Lunden. **12. februar:** Informasjon om seniortilbud i Bydel Bjerke ved seniorveileder Anne-Lise Skjæveland og demenskoordinator Siri Støverud. **26. februar:** «På 12 dagers fottur med DNT til Mount Everest Base Camp i Nepal». Et foredrag med lysbilder ved Ketil Weie. **12. mars:** «Mitt indre kapell». Et musikkprogram ved Birgitte Elin Bjørnstad. **26. mars:** «Trullihus, grotteby, fiske og mye mer i Bari-regionen i Italia». Et reisebrev med bilder ved Astri Haug. **9. april:** Besøk av «Rustne Røster», seniorkoret fra Kulturhuset Veitvet. **23. april, 7. mai, 21. mai og 4. juni:** Program kommer, se www.tonsenkirke.no.



Arbeidsgruppa for Tonsenmessa

Hjertelig velkommen til lille menighetssal mellom kl. 11:00

og 14:00. Vi lager ting til Tonsenmessa. Du kan også komme bare for en hyggelig prat. Vi har kaffe, men ta med matpakke. **Datoer: 5. februar, 19. februar, 5. mars, 19. mars, 2. april, 30. april, 14. mai og 28. mai**

Sjekk gjerne ut menighetens nettside for mer informasjon: www.tonsenkirke.no



Menighetens årsmøte 11. mai

Velkommen til årsmøte i Tonsen menighet, søndag 11. mai kl 12:30 i store menighetssal. Vel møtt!

Prestetjeneste ved Økernhjemmet



I samarbeid med dagsenteret er det jevnlig andakter for beboere og besøkende ved Økernhjemmet, Økernveien 151. Alle er velkomne! Gudstjenestene er ved pianist Per Karang og sokneprest Lars Kristian Gjone kl 12:00 på følgende fredager: 7. februar, 7. mars, 11. april, 9. mai og 6. juni.

Vil du synge?

Tonsen kammerkor trenger nye sangere. For mer informasjon, kontakt dirigent Daniel Solyom, ds458@kirken.no



Levér gjerne lysstumper til kirken

Rester av stearinlys kan leveres på menighetskontoret eller legges i våpenhuset. Lysrestene leveres videre til NMS og Knausen Lysstøperi for gjenbruk til nye håndlagde stearinlys.



Livets gang

Døde (september-desember 2024)



Norma Ingebjørg Andersen
Jan Johan Andreassen
Ester Marie Andresen
Ragnhild Birkeland
Skjalg Borsheim
Jorunn Carlsson
Levi Christiansen
Knut Sigurd Christoffersen
Trygve Dammen
Gunnar Eggen
Per Gunder Gundersen
Inger-Marie Gaare
Trine Kjersti Hansen
Per Edgar Henie
Inger-Lise Houg
Cesilie Larsen

Gerd Lundby
Kristel M Lysenstøen
Eva Randi Minge
Ella Ninna Mørch
Marianne Pettersen
Berit Riktor
Jan Terje Rogneby
Karin Sannes
Harry Schjetnan
Aase Margrethe Smestad
Tore Johan Solheim
Kristoffer Stava
Ingeborg Helene Stensby
Kirsten Sørensen
Ågot Irene Vestgård
Haldis Wold

Temakveld onsdag 19. mars kl 19

Se, vi går opp til Jerusalem

På denne temakvelden i fastetiden «reiser» vi til Jerusalem og det historiske Palestina sammen med sokneprest i Grorud, Tor Øystein Vaaland.

Sted: Store menighetssal, Tonsen kirke



Tor Øystein Vaaland har vært i Palestina og Israel et trettitalls ganger som journalist, forfatter, prest og reiseleder, og blant annet hatt med norske grupper på vandring fra Nasaret til Betlehem. Han var senest på tur for Oslo bispedømme høsten 2024. Når dette skrives,

vet vi ikke hvordan det er i Midtøsten når temakvelden finner sted. Tor Øystein oppdaterer oss, og vi får høre fra hans møte med de kristne kirkene og hvordan okkupasjonen og de omfattende menneskerettighets-bruddene rammer vanlige folk uansett tro og livssyn.

Tonsenbladet trenger flere bladbærere

Tonsenbladet søker nye frivillige bladbærere for følgende ruter:

- Øivindsvei 1 – 7 og 4 – 30: 115 blader
- Lofthusveien, Sophus Aars vei, Otto Blehrs vei, Aschehougs vei og Frennings vei: 177 blader
- Refstadsvingen 9–23 og Refstadveien 100: 165 blader
- Anna Rogstads vei 2–22: 80 blader
- Ragna Nielsens vei 30–40: 87 blader
- Refstadveien 32–48: 152 blader

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

Ta kontakt med kontoret i Tonsen kirke, tlf. 23 62 93 30, eller på e-post til post.tonsenbladet.oslo@kirken.no.



Foto: Kirkerådet

Karnevalsverksted med gudstjeneste 2. mars

Tonsen menighet inviterer alle til en herlig karnevalsgudstjeneste kl. 11.00 i Tonsen kirke. Her kan alle som vil kle seg ut og det vil bli en ekstra karnevalskirkekafe etter gudstjenesten!

Det vil bli anledning til å lage sine egne karnevalsmasker på Superonsdag 26. februar, der vi skal ha et lite karnevalsverksted sammen!



Foto: Kirkerådet

Vil du være Tårnagent i Tonsen kirke?

Vi inviterer alle 8- og 9-åringer til å være tårnagent i Tonsen kirke 5. og 6. april. I løpet av helgen skal vi løse oppdrag og mysterier, samtidig som vi får utforsket kirken og Bibelen sammen. Alle agentene bor hjemme, men vi vil være sammen både lørdag og søndag. Det hele avsluttes med en tårnagent-gudstjeneste på søndag.

Påmelding til tårnagenthelg skjer på e-post til mg369@kirken.no. Send en e-post med barnets navn, kontaktinformasjon til foreldre og om det er noen tilrettelegger vi trenger å gjøre for at deres barn skal få en god opplevelse. Arrangementet er gratis. Følg med på nettsiden vår: kirken.no/ Tonsen for mer informasjon.



Ungdomsklubb

Velkommen til Tonsen ungdomsklubb! Vi har åpent hver torsdag kl. 19:00-21:30. Nintendo Switch, ping-pong, spill, andakt, brownies, leksehjelp, taco – og mye mer!

Åpent for alle på ungdomsrinnet og videregående.

Velkommen til dåp i Tonsen kirke



Foto: Bo Mathisen

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

Avtale om dåp kan gjøres elektronisk via minkirke-side.no/oslo eller direkte med Kirketorget på e-post: kirketorget.oslo@kirken.no eller telefon 23 62 90 09.



Foto: Bo Mathisen

Tonsenhagen Velhus

Selvbyggerveien 102 B

Fine lokaler for møter og tilstelninger som dåp og konfirmasjon. Godt egnet for selskaper.

Nettside:

tonsenhagenvelhus.no
E-post: tonsenhagenvelhus@gmail.com

Send forespørsel eller avtale visning av lokalene. Visning tirsdager mellom 18:00-20:00

Vipps din gave

Husk at du kan gi en gave med Vipps. Søk etter



Tonsen kirke eller legg inn Vipps-nummeret

13096. Skriv gjerne hva du ønsker å gi til. Takk for gaven!

Selskapslokale Øvre Disen velhus

Østreheimsveien 3B

Kjøkken til disposisjon
Se bilder på
www.ovredisen.no

Bestilling:
utleie@ovredisen.no

Din annonse her?

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

Tonsenbladet utgis av Tonsen menighetsråd og deles ut gratis til alle husstander i menigheten tre ganger i året. Bladet er tilgjengelig på menighetens nettside; kirken.no

E-post: post.tonsenbladet.oslo@kirken.no
Bankgiro: 1503 08 60427

Redaksjonen:
Anders Løland (470 83 894)
Gry Gotaas Fredum (23 62 93 30)
Heidi Einarsen Hagen, design (911 31 024)
Jon Magne Vestøl (414 50 259)

Ansvarlig:
Menighetsrådet ved leder
Annonser:
Kontakt menighetskontoret
Opplag: 9 000
Trykk: Mediehuset Andvord

Utgivelsesplan 2025

Nr.	Stoff-frist	Utgis
1/25	13.12.24	Uke 5
2/25	11.04.25	Uke 22
3/25	18.09.25	Uke 40

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



Se vår rikholdige meny på: dragensrestaurant.no



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



Kirkekalender fra februar til juni

Februar

Søndag 2. februar kl 11

5. søndag i åpenbaringstiden

Familiegudstjeneste ved Lars Kristian Gjone og Daniel Solyom.

Nattverd. Kirkekaffe

Prekentekest: Johannes 5,1-15

Søndag 9. februar kl 11

6. søndag i åpenbaringstiden

Gudstjeneste ved Maren Andrea Aasulvsen og Daniel Solyom.

Dåp. Nattverd. Kirkekaffe

Prekentekest: Markus 13,21-27

Offer til MAF – menighetens misjonsprosjekt

Søndag 16. februar kl 11

Såmannssøndagen

Gudstjeneste ved Lars Kristian Gjone og Åge Johansen

Dåp. Nattverd. Kirkekaffe

Prekentekest: Matteus 13,24-30

Offer til Bibelselskapet

Søndag 23. februar kl 11

Kristiforklarelseesdag

Gudstjeneste ved Maren Andrea Aasulvsen og Daniel Solyom.

Dåp. Nattverd. Kirkekaffe

Prekentekest: Lukas 9, 28-36

Mars

Søndag 2. mars kl 11

Fastelavn

Familiegudstjeneste ved Maren Andrea Aasulvsen og Daniel Solyom. Karneval med «Kaos og Sang» og Superkidz. Kirkekaffe

Prekentekest: Lukas 18,31-34

Onsdag 5. mars kl 18

Askeonsdag

Kveldsmesse ved Maren Andrea Aasulvsen og Daniel Solyom.

Nattverd

Prekentekest: Markus 2,18-20

Søndag 9. mars kl 11

1. søndag i fastetiden

Gudstjeneste ved Lars Kristian Gjone og Daniel Solyom.

Dåp. Nattverd. Kirkekaffe

Prekentekest: Matteus 26,36-45

Offer til Blå Kors

Søndag 16. mars kl 11

2. søndag i fastetiden

Gudstjeneste ved Maren Andrea Aasulvsen og Åge Johansen.

Dåp. Nattverd. Kirkekaffe

Prekentekest: Lukas 13,22-30

Søndag 23. mars kl 11

Maria budskapsdag

Gudstjeneste ved Lars Kristian Gjone, Ieva Folmo og Daniel Solyom. Klokkeklang deltar

Nattverd. Kirkekaffe.

Prekentekest: Lukas 1,39-45

Offer til prestetjenesten i

Bredtvet kvinnefengsel

Søndag 30. mars kl 11

3. søndag i fastetiden

Gudstjeneste ved Maren Andrea Aasulvsen og Daniel Solyom.

Dåp. Nattverd. Kirkekaffe

Prekentekest: Lukas 22,28-34

April

Søndag 6. april kl 11

4. søndag i fastetiden

Familiegudstjeneste

Dåp. Nattverd. Kirkekaffe.

Tårnagent

Prekentekest: Johannes 6,24-36

Offer til Kirkens Nødhjelp

fasteaksjon



Foto: Bo Mathisen

Søndag 13. april kl 11

Palmesøndag

Gudstjeneste

Dåp. Nattverd. Kirkekaffe

Prekentekest: Johannes 12,1-13

Torsdag 17. april kl 18

Skjærtorsdag

Kveldsgudstjeneste

Nattverd

Prekentekest: Johannes 13,1-17

Fredag 18. april kl 11

Langfredag

Pasjonsgudstjeneste

Prekentekest: Lukas 22,39-23,46

Søndag 20. april kl 11

Påskedag

Høytidsgudstjeneste

Dåp. Nattverd.

Prekentekest: Johannes 20,1-10

Mandag 21. april kl 12 NB!

Merk tid og sted

2. påskedag

Gudstjeneste på Årvoll

omsorgssenter

Nattverd

Prekentekest: Johannes 20,11-18

Lørdag 26. april kl 11

Dåpsgudstjeneste

Søndag 27. april kl 11

2. søndag i påsketiden

Påskefamiliegudstjeneste

«Kaos og Sang» deltar. Nattverd

Prekentekest: Johannes 20,24-31

Offer til Søndagsskolen Norge

Mai

Søndag 4. mai kl 11

3. søndag i påsketiden

Gudstjeneste

Dåp. Nattverd. Kirkekaffe

Prekentekest: Johannes 10,1-10

Søndag 11. mai

4. søndag i påsketiden

Gudstjeneste

Dåp. Nattverd. Kirkekaffe.

Årsmøte.

Prekentekest: Johannes 14,1-11

Offer til MAF – menighetens misjonsprosjekt

Søndag 18. mai kl 11

5. søndag i påsketiden

Gudstjeneste

Dåp. Nattverd. Kirkekaffe

Prekentekest: Johannes 17,6-11

Offer til Det Norske Misjons-selskap

Søndag 25. mai kl 11

6. søndag i påsketiden/

Skaperverkets dag

Friluftsgudstjeneste

For nærmere informasjon, følg med på menighetens nettside

Prekentekest: Matteus 6,7-13

Torsdag 29. mai kl 11

Kristi himmelfartsdag

Gudstjeneste

Dåp. Nattverd

Prekentekest: Johannes 17,1-5

Juni

Søndag 1. juni kl 11

Søndag før pinse

Gudstjeneste

Dåp. Nattverd. Kirkekaffe

Prekentekest: Johannes 16,12-15

Med forbehold om endringer. Oppdatert kirkekalender finner du på www.tonsenkirke.no.

Foto: Per Eg



for
nær-
miljøet



kortreist
skaper-
glede

Grønn
kirke



Velkommen til

Vårmarked

Lørdag 10. mai kl. 11:00-14:00
Tonsen kirke

Program kl. 11:00-14:00:

- Kafeen er åpen
- Salg av stiklinger, avleggere o.a.
- Lokale selger brukskunst, brukte gjenstander o.a.
- Lotteri med bare spiselige gevinster
- Barnekor synger

Noe for små
og store

Velkommen!



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

Nå har du sjansen til å leie et bord på «Vårmarkedet» i Tonsen kirke.
Pris kr 100 pr. bord. Vi leier ut 10 salgsbord – «først til mølla-prinsippet».

Kontakt oss på post.tonsen.oslo@kirken.no for å reservere et bord.

