



VOKSEN

NR 1 | 2026 MENIGHETSBLAD 41. ÅRGANG



Kirketorget Oslo - Oslokirkenes sentralbord

Henvendelser om dåp/vielse/begravelse 23 62 90 09
e-post til kirketorget.oslo@kirken.no
Ekspedisjonstid: kl. 0800 - 1530

Voksen kirkegård - Gravferdskontoret:

Alle henvendelser ang. gravstell/gravplass 22 13 31 80
e-post: servicekontoret@gfe.oslo.kommune.no

Voksen kirke menighetskontor

Åpningstid: hverdager kl. 10.00 – 14.00 23 62 94 50
Adresse: Jarbakken 7, 0767 Oslo
e-post: post.voksen.oslo@kirken.no
Hjemmeside: www.kirken.no/voksen
Gaver og givertjeneste: konto 1503.27.58115
Vipps: 18756 Søndagens offer Voksen kirke
646565 Gaver til Voksen kirke

Ansatte

Hans Aage Gravaas - sokneprest 916 48 153
e-post: hg522@kirken.no
Johannes Thoresen Elgvin - kapellan 412 83 677
e-post: je656@kirken.no
Espen Rakli - soknediakon 922 13 663
e-post: er282@kirken.no
Veronika Gundersen - trosopplæringsleder 990 39 732
e-post: vg932@kirken.no
Mari Frydenlund Elverhøi - menighetspedagog 994 531 06
e-post: me972@kirken.no
Helene Lunder Eriksen – menighetspedagog 480 97 043
e-post: he226@kirken.no
Ingrid Hjerpseth – organist 984 40 677
e-post: ih562@kirken.no
Stine Arntzen Selfors - daglig leder 906 48 478
e-post: ss458@kirken.no

Menighetsrådet

Leif Thore Jelmert, leder 412 10 776
Karen Therese Sulheim Haugstvedt
Live Bressendorf Lindseth
Asbjørn Gutubø Håkonseth
Elin Aschim Støen
Bente Lovise Storruste
Hans Aage Gravaas

Varamedlemmer:

Randi Marie Selmer, Roar Audun Myrset, Liv Kaldestad
Randi Bergkåsa

Voksen menighetsblad

Hans Aage Gravaas
Synne Dokka
Stine Arntzen Selfors

Ønsker du å annonsere i menighetsbladet?

Send en forespørsel til: e-post: post.voksen.oslo@kirken.no

Produksjon

Trykk: Xide AS, Lørenskog
Opplag: 5 500

Det er vår! Det er god grunn til å fryde seg over naturen og dens skjønnhet. Dagene er lengre og varmere. Under det stadig mindre snødekket forbereder naturen seg på at livet skal spire. Det samme kan skje i livene våre. La oss gi plass for lyset, gleden og håpet. Det trenger vi i vår urolige verden.

I dette nummeret av menighetsbladet rettes søkelyset blant annet mot vern av skaperverket. Som du kan lese, tar Voksen menighet mål av seg å være «grønn kirke». Det er ikke bare en fiks idé, men en naturlig konsekvens av vår gudstro. I vår første trosartikkel bekjenner vi troen på Gud, vår skaper. Men skapelsen er ikke et avsluttet kapittel. Den første skapelse, den fortsatte skapelse og vern om skaperverket er egentlig en og samme sak. Som gode forvaltere ser vi til at jorden overleveres i best mulig stand til kommende generasjoner. Kampen for skaperverket er en kamp for livet og mot dødskreftene.

Så er det igjen påske. I påskeuken samles vi på nytt til gudstjenester og fellesskap i kirken. Vi følger «pasjonsberetningen» i ord og toner. Biskop Sunniva Gylver vil være med oss på langfredag. På påskemorgen vil vi igjen synge kjente og kjære påskesalmer. *«Deg være ære, Herre over dødens makt!»* Påskemorgen er «dagen da døden døde» (Michael Green).

Voksen menighet har mye å by på. I et intervju med menighetsbladet sier den nye prosten i Vestre Aker, Stephen Sirris, begeistret: *- Det har vært en god glede å møte ansatte og menighetsråd! Voksen har dyktige og gode folk og er en kirke som preges av både åpenhet og tydelighet. Menigheten har en imponerende spennvidde i tilbudet. Her er det noe for alle! Den som kommer i kontakt med Voksen menighet, har mye godt i vente. Jeg opplever at Voksen kirke er oppriktig opptatt lokalsamfunnets behov og ønsker å utgjøre en forskjell i menneskers liv.*

Velkommen til Voksen!

Innleveringsfrist til nr. 2 2026: 30. juni

Forsidebilde: [Lars Verket, Kirkerådet og Voksen kirke](#)

Voksen menighetsblad er et gratis magasin som deles ut til alle husstander i Voksen. Magasinet er definert som uadressert informasjonsblad og kan iht. Markedsføringslovens § 17 distribueres i alle postkasser.

Fotvasking – påskens berøring

AV JOHANNES THORESEN ELGVIN

Om du får være gjest hos noen, hva er det første som skjer når du blir tatt imot i et annet hjem? Et hjertelig velkommen med enten en klem, et håndtrykk, et godt blikk som ser deg i dørstokken og kanskje er også et varmt måltid gjort klart?

Selv med all uro og konflikt som finnes i Midt-Østen i dag, står gjestfrihet fremdeles sterkt. Det gjorde den kanskje enda mer for 2000 år siden, når Jesus levde.

Var man gjest hos noen da, kunne man få en god fotvask. Når man gikk barbert eller med sandaler, ble føttene svært skitne. Fotvask var derfor en nødvendighet, kanskje på lik linje med vår håndvask. Det var tjenerne eller slaveene i husholdningen som hadde jobben med å vaske føttene til gjestene.

Hva er det da som skjer på skjærtorsdag, like før den jødiske påsken skal begynne og dagen før Jesus skal dø? Jo, Jesus selv reiser seg, binder et klede om seg og bøyer seg ned. Vasker en etter en av disiplenes føtter. Og lar den vennlige, gjestfrie gjerningen peke mot det han skal gjøre på korset: bøye seg ned og gi sitt liv, for meg og deg.

Kanskje skal du se på påsken med nye øyne i år?

Jesus er like gjestfri i dag og tilbyr meg og deg sitt vennskap. Han er ikke redd for sølen og skitten jeg tar med meg gjennom livet. Men bøyer seg ned, "vasker det vekk" gjennom sin død og oppstandelse og viser; du er velkommen. Med hele deg. Også det du ikke er stolt over eller det du skulle ønske ikke var der. Du er velkommen med alt du er!

Jesus ber meg og deg ta imot hans gjestfrihet og selv være gjestfri og vennlig i møte med andre: «Når jeg som er Herren og Mesteren har



vasket deres føtter, skylder også dere å vaske hverandres føtter» (Johannes 13:14)

I den katolske kirke var det tradisjon at paven vasket prestenes føtter på skjærtorsdag. Men det skjedde et skifte med pave Frans. Han ville gjøre det samme som Jesus; omgås de som ikke hadde fått det til i livet. Og dro i stedet til fengsel, flyktningmottak og sykehus. Der bøyer seg ned. Og vasket føttene til kriminelle, flyktninger og syke

Selv har jeg fått lov til å vaske barn sine hender i Voksen de siste årene, når vi har hatt påskevandring med tårnagenter. Små hender, som i tillit strekker seg ut mot vaskefatet og lar meg vaske dem. Hvordan var dette, har jeg spurt dem etterpå. «Litt rart, men også fint», kan svaret være da. Noen har også spurt: «Skal jeg vaske dine hender»? Da har jeg fått erfare: Vi er invitert til å ikke bare berøre andre med godhet, men også la andre berøre oss med godhet.

Kanskje skal du la deg berøre denne påsken?



Ny prost i Vestre Aker

AV HANS AAGE GRAVAAS

Oslo bispedømmeråd har ansatt Stephen Sirris (48) som ny prost i Vestre Aker prosti. Prostiet dekker store områder av Oslo vest, blant annet Voksen sokn.

I tillegg til å være cand.teol. med solid presteerfaring, har Sirris formell lederkompetanse gjennom mastergrad og doktorgrad i organisasjons- og ledelsesfag. Som professor har han forsket og undervist om ledelse i Den norske kirke, frivillighet, diakoni og helsesektoren. Han har designet og gjennomført lederutvikling i ulike organisasjoner. Han har også hatt personalansvar som leder i universitet og høyskole. Han har omfattende prosjektledererfaring og har gründererfaring fra å etablere og bygge opp et senter for ledelse og innovasjon. Fra lokalkirken har han erfaring som menighetsrådsleder, og har som prest hatt lederansvar. Som om ikke dette er nok, er Sirris også utdannet kantor. Han er, som vi skjønner, en nokså allsidig herremann.

Sirris er født i Søgne i Kristiansand og har norsk mor og gresk far. Han bor på et småbruk i Asker sammen

med kone og tre barn. På fritiden følger han opp barna, er engasjert som frivillig i menighet og idrett, trener, spiller piano, gjør hagearbeid, leser, drikker kaffe, er ute med motorsag i skogen eller går tur.

Menighetsbladet fikk anledning til en kort samtale med ham i en travel oppstartsfasen. Vi lurte blant annet på hva han tenker når han begynner som ny prost, hva han ser frem til og hva han vil legge vekt på:

– Det er fint å være i gang, sier Stephen. I oppstartsfasen prioriterer jeg å bli kjent med folk og komme rundt i menighetene. Prosten leder prestetjenesten og bistår biskopen. I tillegg har prosten et samordningsansvar mellom arbeidslagene i prostiet, inkludert ansatte og menighetsråd og gir råd og veiledning. I Vestre Aker prosti finnes høyt engasjement, mye aktivitet og dyktige ansatte og frivillige. Jeg ser fram til å bidra til å bygge lag slik at menighetene utfører sitt oppdrag med å forkynde evangeliet, inviterer til fellesskap og er folkekirke. Det er viktig for meg at kirken tilrettelegger for engasjement og gode møteplasser, forteller han.



På kort tid har du allerede møtt stab og menighetsråd i Voksen menighet. Hva tenker du om vår menighet? Hvordan vil du beskrive vårt arbeid og de muligheter som lokalkirken i vårt nærmiljø har?

– Det har vært en god glede å møte ansatte og menighetsråd! Voksen har dyktige og gode folk og er en kirke som preges av både åpenhet og tydelighet. Menigheten har en imponerende spennvidde i tilbudet. Her er det noe for alle! Den som kommer i kontakt med Voksen menighet, har mye godt i vente. Jeg opplever at Voksen kirke er oppriktig opptatt lokalsamfunnets behov og ønsker å utgjøre en forskjell i menneskers liv.

Vi takker for praten og ønsker Stephen Sirris velkommen til Vestre Aker prosti og ser frem til et godt samarbeid med Voksen menighet og lokalsamfunnet vårt.

5 på kirkebakken

på kvinnedagen 8. mars

AV SYNNE DOKKA

Spørsmål:

1. Hvorfor kom du hit i dag?
2. Hvem er din favoritt-kvinne i bibelen?



Asbjørn (37)

1. Det passet fint.
2. Rut fordi hun har en veldig fin fortelling. Hun torde å forlate sitt eget for å gi omsorg til svigermoren sin. Lydia er en god nummer 2.



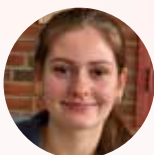
Julie (14)

1. Jeg er minestrant  Det må man være en gang når man er konfirmant.
2. Rakel.



Merete (57)

1. Vi var på retreat med Anne-prest i går. Det var veldig fint, jeg måtte ha mer. Lengselen etter Jesus brakte meg hit i dag.
2. Maria som satt ved føttene til Jesus og lyttet til ham.



Agnes (14)

1. Jeg er konfirmant-minestrant.
2. Maria, moren til Jesus. Hun var tøff, reiste langt for å komme til Betlehem og så fødte hun Jesus.



Anne Cath

1. For å få åndelig påfyll, kjenne på kristent fellesskap og være i Guds nærvær.
2. Maria, mor til Jesus. Hun hadde et åpent hjerte og var lydig overfor Gud

Ordforklaringer:

Retreat = det å trekke seg tilbake til et sted hvor man kan være i fred og stillhet og samle seg om meditasjon og bønn. (www.snl.no)

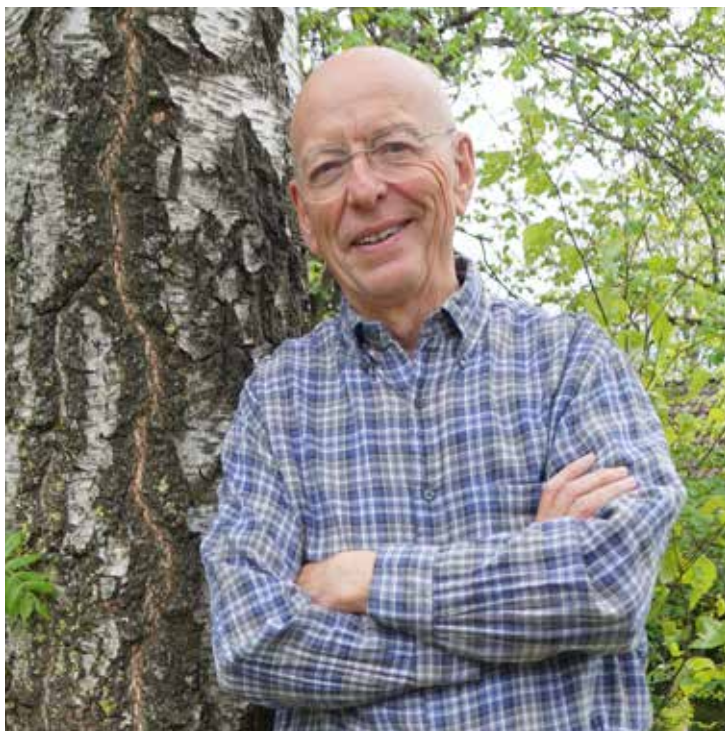
Minestrant = person som har som oppgave å hjelpe presten ved messen, gudstjenesten (www.naob.no)

Naturens forsvarer

AV LILLIAN DOMBSTEIN 

Denne artikkelen ble først publisert i Nordberg menighetsblad i 2025 og er her gjengitt med tillatelse. Frode Stordal har tidligere bodd mange år i Voksen.

Meteorologen Frode Stordal fra Nordberg var på 1980-tallet del av verdens ledende forskerteam som i løpet av en femårsperiode la grunnen for at de livstruende hullene i ozonlaget kunne bekjempes. I dag brenner han for å bekjempe klima- og naturkrisen verden står i og tror at kjærlighet til naturen er veien å gå.



Frode Stordal var forsker i Denver, Colorado i 1984 da hullet i ozonlaget ble oppdaget. Han hadde nylig tatt sin doktorgrad i Oslo og fikk dermed være med på A-laget av forskere som arbeidet med å finne årsaken og løsningen på problemet. – I løpet av en femårsperiode

klarte vi gjennom forskning å forstå årsaken til at hullene i ozonlaget oppstod. Dermed kunne man inngå internasjonale avtaler som klarte å bekjempe krisen. Det var fantastisk å få være med på dette, sier Frode Stordal engasjert.

I 2007 fikk FNs Klimapanel og amerikaneren Al Gore Nobels Fredspris for å frembringe og spre kunnskap om klimautfordringen. Da var Frode Stordal en av forskerne som arbeidet iherdig med forskning på dette feltet. Han var blant dem som fikk diplom på Rådhuset i Oslo da Nobels fredspris ble delt ut.

– Drivkraften har ikke bare vært at dette er viktig, men også at det er svært spennende forskning. Jeg har siden barnsben vært interessert i hvordan naturen fungerer, sier Frode Stordal som bruker si han var med på det første kullet som ble «uteksaminert» fra Nordberg menighetsbarnehage.

Kirken og naturkrisen

I de senere årene har Frode Stordal jobbet tverrfaglig sammen med blant annet økologer og blitt klar over hvilken krise naturen er i. Han er opptatt av at vi ikke bare kan snakke om klima.

– Vi må slutte å se på naturen kun som en vakker kulisse det er fint å bevege seg i. Naturen har verdi i seg selv, den er en del av meg og oss og vi må elske naturen som oss selv, sier Frode Stordal.

Han drømmer om at kirken skal formidle kjærligheten til naturen hver eneste søndag både i syndsbekjennelsen, forbønnen og i prekenen slik at kirkens medlemmer får kjærlighet til naturen under huden og tar sine valg ut fra det.

– Det er ikke noe som kun skal med i spesielle gudstjenester som for eksempel Skaperverkets dag.

– Hvordan tenker du at vi kan gjøre det da?

– Hver søndag bekjenner vi «Gud, vær meg nådig! Jeg har syndet mot deg og sviattet min neste ...» her bør vi legge til **og naturen** hver søndag, sier Frode engasjert. Han har merket seg at temaet er med i forbønnen i større grad enn før. Når det gjelder prekenen, utfordrer han prester og andre til å være kreative og se hvordan kjærligheten til naturmangfoldet oftere kan flettes naturlig inn i prekenen. Frode Stordal synes kirken er god til å formidle Guds kjærlighet til oss mennesker, men det blir oftest **bare** Gud og mennesker i prekenen.

– Bibeltekstene er så åpne at det ikke er noe i veien for å utvide perspektivet. Naturen må med slik at jeg og andre

kan få det høyere opp i bevisstheten. Jeg synes det er for snevert å begrense det til å si at det «bare» er en del av diakonien i kirken.

Rent praktisk synes Frode også kirken må etterstrebe å velge alliansepartnere som jobber for samme gode sak, se oss rundt etter organisasjoner vi kan samarbeide med for klima- og miljøsaken. Han gleder seg over at Nordberg kirke fikk en Grønn pris denne våren for sin innsats med loppemarked og julemarked som i seg selv er grønne tiltak.

Må være politisk

– Hva tenker du om påstander i den pågående debatten som sier kirken ikke skal engasjere seg fordi den da blir politiske?

– Jeg mener kirken skal være politisk, men den skal ikke drive politikk og særdeles ikke partipolitikk.

– Kan du utdype hva du mener her?

– Kirken er politisk fordi den må ta stilling til verdier, etikk og samfunnsspørsmål med politiske implikasjoner. Pave Frans tok jo opp disse spørsmålene og var svært tydelig i sitt *Laudato si'* Om omsorgen for vårt felles hjem, klima- og miljøkrisen. Så slik mener jeg også vår kirke kan engasjere seg. Vi må lære av pave Frans her.

Frode peker også på et hefte utarbeidet av Norges biskoper i 2021: *Tro, håp og handling* – om vårt kall som kristne i møte med klima- og naturkrisen.

Håpet ligger hos Gud

– Du var med på å finne løsningen for krisen med ozonlaget. Tenker du som forsker at vi klarer å løse natur- og klimakrisen på samme måte?

– Jeg er ikke optimistisk på samme måte, sier Frode. Nå handler det også om verdens umettelige behov for energi, og vi har blitt stadig flere mennesker.

Frode tenker seg om når vi snakker om håp for framtiden.

– Håpet ligger hos Gud og er forankret i Bibelsens sannheter. Jeg støtter meg til ordet i Hebreerbrevet 6,19: «Håpet er et trygt og fast anker for sjelen». Håpet knyttes til Guds kjærlighet til oss og hele skaperverket. Jeg tenker også på ordet i Jeremia 29,11 om at Gud vil gi oss framtid og håp. Frode Stordal sier det er viktig å knytte sammen håp og handling. Håpet kan være en transformerende kraft som fører til handling som så igjen gir nytt håp.

– Men håpet krever tålmodighet og jeg sier vi må skynde oss langsomt og at veien går gjennom kjærlighet til naturen.

Grønn kirke - blir du med?

Som «Grønn kirke» ønsker Voksen menighet å ta bedre vare på den jorda Gud har gitt oss.

Vi er nå i ferd med å få i gang en grønn gruppe i menigheten, som kan styrke menighetens identitet i å være «grønn kirke». Har du et

engasjement for klima, natur eller miljø og kirkens bidrag inn i dette?

Ta kontakt med diakon Espen Rakli eller send en epost til Voksen kirke.



Skaperverkets dag

Søndag 14.juni kl. 11.00 er det skaperverkets dag. Temaet denne søndagen er selvfølgelig; Guds flotte skaperverk!

Dagen feires med familiegudstjeneste og sommerfest for hele menigheten. Det blir grillmat, is og morsomme aktiviteter for store og små. Vi er utendørs dersom det er fint vær.

Velkommen!

Voksenenga nærmiljøhage

Voksenenga nærmiljøhage ble etablert våren 2017 som en grønn, levende og inkluderende møteplass for innbyggerne i Bydel Vestre Aker, der matglede og dyrking står i fokus. Hagen og parsellene driftes etter økologiske prinsipper og vi legger vekt på å bruke lokale ressurser og miljøvennlige løsninger.

På flyttefot

Etter ni fantastiske år på nåværende sted, starter et spennende nytt kapittel for Voksenenga nærmiljøhage! Voksenenga flytter til et nytt, stort og solrikt område rett over Mærradalsbekken, kun 100m fra dagens hage. Her får de enda mer boltreplass enn før, med 100+ parseller og enda større andelsjorder. Forberedelsene er i gang og de starter opp i ny hage våren 2026!

Interessert? Bli med i nye Voksenenga! Alle som vil engasjere seg i hagen er hjertelig velkommen! Meld din interesse på post@voksenenga.no

BLI MED I VOKSENENGA NÆRMILJØHAGE!

VENNEFORENING

VIL DU VÆRE MED I VOKSENENGAS VENNEFORENING?

Har du fri på dagtid og lyst til å være i hagen sammen med andre? Kan du litt om dyrking av grønnsaker, eller kler du rett og slett i fingrene etter å bidra? Då vil du trives sammen med oss.

Vi treffes i hagen annenhver torsdag (oddetalsuker) kl 11-14. Send påmelding til post@voksenenga.no eller bare kom innom. Medlemskontingent for et år er kr 250,-

Velkommen!

ANNENHVER TORSDAG
KL. 11.00 - 14.00
Voksenenga nærmiljøhage
Jarbakken 7

Sjekk ut www.voksenenga.no og facebook for mer informasjon

Stillheten – et ladested?

AV JOHANNES THORESEN ELGVIN

Er det mulig å finne stillhet og fred, også i 2026?

Vi lever i en tid hvor hastverk og visuelle skjerminntrykk preger manges hverdag. Nettopp derfor erfarer mange at det å roe ned tempoet og søke erfaringer i ro og stillhet, kan gi møter hvor man kan «lande i seg selv» og også møte Gud.

Stillhet og bønn har fulgt kirken siden dens begynnelse med Jesus. Vi kan lese i Markus-evangeliet at Jesus og disiplene hadde det så travelt med mange mennesker som kom og gikk, at de ikke engang rakk å spise. Da sier Jesus til disiplene: «Kom med meg til et øde sted, hvor vi kan være alene, og hvil dere litt!» (Markus 6:31)

I Voksen kirke legger vi til rette for stillhet og stille bønn følgende steder:

Vi har åpen kirke mandag, tirsdag, torsdag og fredag kl 11-14. Kom, sett deg på en god stol i kirkerommet, tenn et lys og vær litt i roen og stillheten i kirka!

Mandager kl 13, torsdager kl 7 og torsdager kl 15 er det bønnestund i Voksen. Mye av tiden i bønnestunden, brukes til å være «stille i Jesu nærvær», sammen med andre. Vi deler av og til nattverd og er åpne for hva Gud vil si til oss, gjennom stillheten. Alle som ønsker, er hjertelig velkomne!

På gudstjenestene. Under forbønnen har vi alltid en tid for «stille bønn», hvor man kan snakke med Gud om det man tenker på, i sitt hjerte.

Lørdag 7. mars hadde vi «stille dag» med fokus på stillhet, bibelmeditasjon og bønn.

Vi håper å kunne gjenta dette en annen gang.

Kjenner man lengsel etter å søke stillheten over en lengre periode, kan det være lurt å dra på retreat! Se mer info på retreater.no

Noen ganger er det nødvendig å «lukke noen dører», sette mobilen på lydløs, legge den vekk og la kroppen og sinnet fallet til ro - i stillheten. Enten hjemme med et tent lys, ute i naturen eller i kirka. I Jesajas bok kan vi lese: «I stillhet og tillit skal din styrke være» (Jesaja 30:15). Kanskje er det slik, at Gud kan møte meg og deg på en enda dypere måte, om vi lar oss møte av Gud i stillheten?



Påske i Voksen

Barnas påske –

22. mars kl 11

I år feirer vi barnas påskedag før påske! Dette er en familiegudstjeneste med et tradisjonsrikt påskespill. Samme helg er det Tårnagenthelg i Voksen, så denne helgen syder og koker det i kirken!

Palmesøndag – 30. mars kl 11

Høymesse v/ Johannes Thoresen Elgvin og Ingrid Hjerpseth

Skjærtorsdag – 2. april kl 18

Skjærtorsdag dekker vi langbord og inviterer til et hyggelig påskemåltid. Alle er hjertelig

velkomne! Kveldsgudstjeneste kl 18 v/ Hans Aage Gravaas, Espen Makli og Ingrid Hjerpseth

Langfredag – 3. april kl 11

Langfredagsgudstjeneste v/ Hans Aage Gravaas og Ingrid Hjerpseth. Biskop Sunniva Gylver er med oss denne dagen. Dette er en lavmælt gudstjeneste hvor lidelsesberetningen blir lest.

Første Påskedag – 5. april kl 11

Påskedag er det høytidsgudstjeneste v/ Hans Aage Gravaas og Ingrid Hjerpseth. Voksen kirkekor synger. Denne dagen feirer vi Jesu oppstandelse.

Andre påskedag – 6. april kl 18 i Røa

Kveldsmesse og påskemåltid i Røa kirke v/ Torbjørn Fink og Olav Morten Wang.

Vi synger påskesalmer – 8. april 18:30

Vi runder av påsken med en påskesalmekveld. Vi vil få lytte til vakker musikk, mest av alt er alle hjertelig velkommen til å bli med å synge kjente og ukjente påskesalmer. Vi varmer opp med kaffe og mingling.

Nytt fra staben i Voksen menighet



Organist Maria Kessel Hynnekleiv slutter i Voksen fordi hun skal videre til Ullensaker sokn, hvor både hun og mannen har fått jobb. Vi takker for den tiden vi fikk med Maria og hennes fantastiske musikk! Vi ønsker henne og familien alt godt i neste kapittel! Maria takkes av i gudstjenesten 19. april.

Organiststillingen skal lyses ut, men i mellomtiden har vi vært så heldige å få Ingrid Hjerpseth som vikar. Hun vil være organist og dirigent for Voksen kirkekor, i førsteomgang i september.



Denne våren er også Helene Lunder Eriksen ansatt som vikar som menighetspedagog og er med på å styrke barne- og ungdomsarbeidet i menigheten. Her kan dere bli litt bedre kjent med Ingrid og Helene:

Ingrid Hjerpseth

Jeg heter Ingrid og er organist, dirigent og underviser. Jeg studerte på Norges musikkhøgskole, og underviser og akkompagnerer ved Uranienborg kirkes korskole i tillegg til at jeg nå jobber i Voksen. Jeg jobber også med konserter og prosjekter sammen med andre musikere, blant annet i Neon Vokal og Sulamitt Trio. Improvisasjon er en stor del av musikken min - jeg liker å være åpen for det som skjer i øyeblikket.



Jeg synes det er veldig spennende å bli kjent med menigheten, staben og koret, og å få bidra til den musikkglede jeg opplever at Voksen har. Jeg gleder meg spesielt til å lede koret og lage musikk som samler og gleder folk.

Jeg ser også fram til å bli en del av fellesskapet her i Voksen, lage gode musikkopplevelser sammen med koret, og oppleve hvordan musikken kan gjøre gudstjenester og konserter levende og inspirerende.

Helene Lunder Eriksen

Jeg heter Helene, kommer fra Fredrikstad og bor på Ullevål. I fjor fullførte jeg en master i

diakoni, og nå er jeg så heldig å vikariere 50 % som menighetspedagog her i Voksen. Ved siden av å være i Voksen, jobber jeg som arbeidsleder for ungdom på nabolagshus i Kirkens Bymisjon.

Jeg gleder meg til å bli bedre kjent med barn, unge og eldre jeg møter i kirka og de andre ansatte. Det mest spennende er å få lov til å bidra inn i konfirmantarbeidet. Men også å få være med på noen tiltak for barn- og unge som jeg ikke har jobbet med tidligere, som f.eks. Superonsdag og Til topps.

Voksen setter allerede stor pris på både Ingrid og Helene!





Mangler pdf





Gudstjenester i Voksen vår og sommer 2026

April	
TORS 02.	Påskemåltid kl.18. Kveldsgudstjeneste. kl. 19. <i>Skjærtorsdag. Det siste måltidet, Matt .26,17-30. Hans Aage Gravaas. Ingrid Hjerpseth. Nattverd.</i>
FRE 03.	Gudstjeneste kl 11. <i>Langfredag. Lidelsesberetningen. Joh.18,1-19,42. Biskop Sunniva Gylver. Hans Aage Gravaas. Ingrid Hjerpseth.</i>
SØN 05.	Høytidsgudstjeneste kl.11. <i>Påskedag. Jesus står opp. Luk 24,1-9. Hans Aage Gravaas. Ingrid Hjerpseth. Voksen kirkekor. Dåp. Nattverd. Kirkecaffe. Offer til Kirkens Bymisjon.</i>
MAN 06.	Fellesgudstjeneste i Røa kl 18.00. <i>2.påskedag. Jesus og Maria Magdalena. Joh.20,11-18. Torbjørn Fink. Olav Morten Wang. Ikke gudstjeneste i Voksen.</i>
SØN 12.	Familiegudstjeneste kl 11. <i>2.søn i påsketiden. Jesus viser seg for disiplene ved Tiberiassjøen. Joh.21,1-14. Johannes Thoresen Elgvin. Gunnar Petersen-Øverleir. Offer til IKO.</i>
SØN 19.	Høymesse kl 11. <i>3.søndag i påsketiden. Diakoniens dag. Den gode gjeteren. Joh.10,11-18. Hans Aage Gravaas. Espen Rakli taler. Ingrid Hjerpseth. Dåp. Nattverd. Kirkecaffe. Offer til Fransiskushjelpen. Menighetens årsmøte.</i>
SØN 26.	Gudstjeneste kl.11. <i>4. søndag i påsketiden. Sorgen skal bli til glede. Joh. 16,16-22. Johannes Thoresen Elgvin. Jonny Mydland. Ingrid Hjerpseth. Voksen kirkekor. Dåp. Nattverd. Kirkecaffe. Offer til Maisha Mema.</i>
TORS 30.	Hverdagsgudstjeneste sammen med Hovseterhjemmet kl.11. Espen Rakli. Hans Aage Gravaas. Ingrid Hjerpseth. Kirkecaffe.

Mai	
SØN 03.	Gudstjeneste kl 11. <i>5.søndag i påsketiden. Det sanne vintre. Joh.15,1-18. Hans Aage Gravaas. Ingrid Hjerpseth. Dåp. Nattverd. Kirkecaffe.</i>
SØN 10.	Familiegudstjeneste med konfirmanter kl. 11. <i>6.søndag i påsketiden Lignelsen om enken og dommeren. Luk.18,1-8. Johannes Thoresen Elgvin. Ingrid Hjerpseth. Dåp. Nattverd. Kirkecaffe. Aksjonsløp. Offer til Kirkens Nødhjelp, fasteaksjonen.</i>
TORS 14.	Fellesgudstjeneste i Ris kirke kl.11. <i>Kristi himmelfartsdag. Jesus blir tatt opp til himmelen. Markus 16,19-20. Nattverd. Dåp. Ikke gudstjeneste i Voksen.</i>
TORS 14.	Gudstjeneste i Sørkedalen kirke kl.13. <i>Kristi himmelfartsdag. Jesus blir tatt opp til himmelen. Markus 16,19-20. Elise Ottesen Søvik og Gunnar Petersen-Øverleir. Dåp. Ikke gudstjeneste i Voksen.</i>
SØN 17.	Ikke gudstjeneste i Voksen.
SØN 24.	Høytidsgudstjeneste kl.11. <i>Pinsedag. Jesus viser seg for disiplene. Joh.20,19-23. Hans Aage Gravaas. Ingrid Hjerpseth. Voksen kirkekor. Dåp. Nattverd. Kirkecaffe. Offer til Bibelselskapet</i>
MAN 25.	Fellesgudstjeneste ved kirkeruinene i Maridalen kl 11:15 <i>Andre pinsedag. Talsmannen kommer. Joh.16,5-11. Prost Stephen Sirris m.fl. Dåp. Nattverd. Kirkecaffe. Ikke gudstjeneste i Voksen.</i>
SØN 31.	Gudstjeneste kl.11. <i>Treenighetssøndag. Misjonsbefalingen. Matt.28,16-20. Johannes Thoresen Elgvin. Dåp. Nattverd. Kirkecaffe.</i>

Juni

- SØN 07.** Gudstjeneste kl.11.
2.søndag i treenighetstiden. *Han som kommer etter meg.* Matt.3,11-12. Hans Aage Gravaas. Ingrid Hjerpseth. Voksen kirkeklubb. Dåp. Nattverd. Kirkekaffe.
- SØN 14.** Skaperverkets dag.
Familiegudstjeneste kl. 11.
3.søndag i treenighetstiden. *Det store gjestebudet.* Luk. 14,15.24. Johannes Thoresen Elgvin m.fl. Ingrid Hjerpseth. Dåp. Nattverd. Kirkekaffe. Offer til Changemaker.
- SØN 21..** Fellesgudstjeneste i Voksen kirke kl.11.
4.søn i treenighetstiden. *Jesus og den rike mannen.* Markus 10,17-27. Johannes Thoresen Elgvin. Gunnar Petersen-Øverleir. Dåp. Nattverd. Kirkekaffe.
- SØN 28.** Fellesgudstjeneste i Røa kirke kl.11.
5.søndag i treenighetstiden. *Falske profeter.* Matteus 7,15-20. Elise Ottesen Søvik, Olav Morten Wang. Dåp. Nattverd. Kirkekaffe. Ikke gudstjeneste i Voksen.

Juli

- SØN 05.** Fellesgudstjeneste i Voksen kirke kl.11.
6.søndag i treenighetstiden. *Peters fiskefangst.* Luk.5,1-11. Hans Aage Gravaas. Ingrid Hjerpseth. Dåp. Nattverd. Kirkekaffe. Offer til NMS menighetens misjonsprosjekt
- SØN 12.** Fellesgudstjeneste i Røa kirke kl.11.
7.søndag i treenighetstiden. *Sauen og mynten som ble funnet igjen.* Lukas 15,1-10. Vikarprest. Ingrid Hjerpseth. Dåp. Nattverd. Kirkekaffe. Ikke gudstjeneste i Voksen.
- SØN 19.** Fellesgudstjeneste i Voksen kirke kl.11.
8.søndag i treenighetstiden. *Det udelte hjerte.* Matt.6,19-24. Hans Aage Gravaas. Olav Morten Wang. Dåp. Nattverd. Kirkekaffe
- SØN 26.** Fellesgudstjeneste i Røa kirke kl.11.
9.søndag i treenighetstiden. *Kom til meg, alle dere som strever.* Matt.11,28-30. Johannes Thoresen Elgvin. Ingrid Hjerpseth. Dåp. Nattverd. Kirkekaffe. Ikke gudstjeneste i Voksen.

August

- SØN 02.** Fellesgudstjeneste i Voksen kirke kl.11.
10.søndag i treenighetstiden. *Ikke kommet for å kalle rettferdige.* Luk.5,27-32. Elise Ottesen Søvik. Ingrid Hjerpseth. Dåp. Nattverd. Kirkekaffe.
- SØN 09.** Fellesgudstjeneste i Røa kirke kl.11.
11.søndag i treenighetstiden. *Klage over Jerusalem.* Matt. 23, 37-39. Elise Ottosen Søvik. Røaorganist. Dåp. Nattverd. Kirkekaffe. Ikke gudstjeneste i Voksen.
- SØN 16.** Gudstjeneste kl.11.
12.søndag i treenighetstiden. *Vær ikke bekymret for morgendagen.* Matt.6,24-34. Johannes Thoresen Elgvin. Ingrid Hjerpseth. Dåp. Nattverd. Kirkekaffe.
- SØN 23.** Samtalegudstjeneste kl.11.
13.søndag i treenighetstiden. *Lignelsen om talentene.* Matt.25,14-30. Johannes Thoresen Elgvin. Ingrid Hjerpseth. Nattverd. Kirkekaffe.
- SØN 30.** Gudstjeneste kl.11.
Vingårdssøndag/14.søndag i treenighetstiden. *Lignelsen om arbeiderne i vingården.* Matt.20,1-16. Hans Aage Gravaas. Ingrid Hjerpseth. Nattverd. Dåp. Kirkekaffe.

Gudstjenestelisten er med forbehold.

Se våre nettsider: www.kirken.no/voksen eller avis for flere detaljer og evt. endringer.

Ønskes det skyss til gudstjenestene, ta kontakt med menighetskontoret på hverdagene, tlf. 23 62 94 50. Ansvarlig er diakon Espen Rakli.

ALLE TYPER RØRLEGGERARBEID

INGENIØR

KNUT LARSEN AS

aut. rørleggerbedrift

 **22 13 18 20**
www.knutlarsen.no 

Dette skjer i Voksen

Endringer i programmet vil kunne skje. Følg med på menighetens hjemmesider.

Åpen kirkestue

Velkommen til torsdagstreff i Voksen kirke med kaffe kl. 1200 og program kl. 1300.

26. april	Påskebetraktning ved prest Rolf Olsen.
2. april	Skjærtorsdag. Se gudstjenestelisten. Ikke Åpen Kirkestue.
9. april	Vårfest!
16. april	Konsert: Kantor Ingrid Hjerpseth – orgel, Ida Charlotte Finstad – sang. Sammen utforsker de hvor orgel og vokal møtes, gjennom både kjent og ukjent repertoar. Musikken leker seg med klanger og uttrykk, og skaper en levende og stemningsfull atmosfære der hver tone bærer sin egen magi.
23. april	Magne Mjærum fra NMS: «Et rikt liv i misjonenes tjeneste!»
30. april	Gudstjeneste med Hovseterhjemmet kl. 11. Kaffe kl. 12. OBS! tiden.
7. mai	Røa Seniorkor deler gode vårtoner med oss!
14. mai	Kristi himmelfartsdag. Ikke Åpen Kirkestue.
21. mai	Ada Spæren: Viser film og forteller fra rotur i Canada!
28. mai	Live Bressendorf Lindseth: Trolldom i Vardøhus på 1600-tallet?
4. juni	Busstur. Se egen informasjon i bladet.
11. juni	Siste Åpen Kirkestue dette semesteret: Vi priser sommeren!

Oppstart etter sommeren er torsdag 3. september, med program første to ganger:

3. sept Live Bressendorf Lindseth: «Strile-krigen i Bergen i 1675!»

10. sept Lette formiddagstener ved kantor Ingrid Hjerpseth!



Sommerkaffe i Voksen kirke

Som tidligere somre inviteres det til enkel sommerkaffe i Voksen kirke hver torsdag fra 18. juni, t.o.m. torsdag 27. august, kl. 12–13 i Kirkestua. Ta med egen mat - kaffe/te serveres. Det er ikke program i denne perioden, bortsett fra et ord for dagen. Vertskap er menighetens ansatte. Velkommen til hyggelig sommerprat rundt bordene!

Strikkegruppe

Liker du å strikke eller kunne tenke deg å lære å strikke? Etter jul inviterer Hanne og Elin til strikkekvelder i Voksen kirke. Alle som vil, uansett alder, kjønn og strikkeferdigheter, er hjertelig velkommen. Ta med deg noe du har lyst til å strikke på (garn og pinner, evt oppskrift). Vi serverer kaffe/te.

Velkommen følgende mandager kl 18.30-21.00; 16 og 17 april, 4 og 18 mai



Onsdagskvelder i Voksen – kl. 18:30-20:30

8. april: Vi synger påskesalmer!
22. april: Sokneprest i Voksen, Hans Aage Gravaas, har en bibeltimeserie i tre deler med utgangspunkt i Kolosserbrevet: «Hvordan tro på Kristus når folk er troende til litt av hvert?» (del 3)
6. mai: Prest og tidligere generalsekretær, Geir Gundersen, har skrevet en bok etter at kona, Liv Riiser fikk kreft: «Mi sorg er lys - ei kjærleikshistorie». Hva skjer med to mennesker som lever sammen, når den ene av dem blir alvorlig syk og dør? Hva skjer med familien og med relasjonene til alle de de deler livet med? I sorgen finnes øyeblikk av angst og svart avmakt - men også håp og lys.
27. mai: Lærer og forkynner, Jens Petter Jørgensen: «Hva kan Bibelen lære oss om nådegavene?»

Menighetens bønnefellesskap

Hver uke møtes vi til en times felles bønn på ulike tidspunkt i Voksen kirke! Samlingene er åpne for alle, og du er hjertelig velkommen! Samlingene er på torsdager og du kan velge mellom to tidspunkt; morgenbønn kl. 7-8 eller ettermiddagen kl. 15-16.

En lørdag i måneden samles vi til frokost med måltidsfellesskap, samtale og bønn kl. 08.30-10.00. Det serveres te og kaffe. Ta med egen matpakke.

Mandager er det bønnegruppe kl 13, hvor fokuser er mer på stillhet og stille bønn.

Bli med på Busstur

Torsdag 4. juni setter vi kursen mot Stavern – Bli med!

Første stopp er det ganske nyåpnede Nerdrum Museum. Maleren Odd Nerdrum vil være godt kjent for de aller fleste. Hans kunst er ikke nødvendigvis av den «lett tilgjengelige» typen, men spennende å se nærmere på! Dette vil vi gjøre i to grupper, med guide. Vi spiser også en enkel lunsj her - på Havfuglen Kafè.

Deretter tar bussen oss inn til Stavern sentrum. Det er ikke nødvendig å ferdes i flokk hele tiden, så kanskje noen vil besøke Minnehallen, mens andre spaserer blant sjarmerende hvite trehus. Om Stavern kirke (Fredriksvern kirke) er åpen, er den også en severdighet.

Før turen går hjemover, spiser vi deilig to-retters middag på gamle Hotell Wassiloff.

Info om dagen:

- 09:30 Avreise fra Voksen kirke (presis!)
- 11:30 Ankomst Nerdrum Museum. Gruppen deler seg i 2, omvisning og lunsj.
- 14:00 Buss inn til Stavern sentrum. Stopper et par ulike steder. Fritid.



- 15:30 Middag på Hotell Wassiloff.
- 17:00 Avreise hjemover.
- 19:00 Ankomst Voksen kirke.

Påmelding:

Det er 40 plasser på turen. Vi regner med full buss, så ikke drøy med påmelding.

Til menighetskontoret: SMS daglig leder Stine: 906 48 478 eller diakon Espen: 922 13 663.

Evt E-post: er282@kirken.no Betaling skjer etter bekreftelse på plass. Prisen er noe uvisst når bladet går i trykken. Blir subsidiert fra menigheten, men med egenandel i underkant av kr. 1000.

Husk å gi beskjed om behov for spesialkost. Betaling: VIPPS til Voksen kirke 577744 evt. konto 1503.27.58115. Merk med «Busstur». OBS - viktig å få telefon-nummer.



Barnas

Fargelegg!

Samuel var en gutt på ca. 6 år som våknet av at Gud snakket til ham! Fargelegg bildet av Samuel som våkner i senga si.



Tegning: Chiara Bertelli

Gåte:

Vet du
hva som går
opp når den
går ned?
Glidelåsen!

Finn 10 guttenavn

I rutenettet gjemmer det seg 10 guttenavn.
Let bortover og nedover. Klarer du å finne alle?

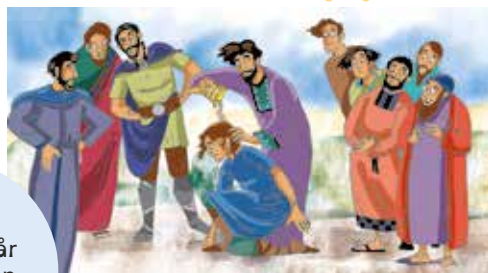
Y	J	M	Q	X	R	X	E	E	E
O	E	O	E	H	U	T	G	H	O
R	I	R	D	A	B	Z	I	A	K
U	S	T	O	V	E	P	L	S	R
M	A	E	Z	O	N	U	F	L	I
G	K	N	Q	F	U	O	I	A	S
R	N	O	A	H	Y	L	L	K	T
K	Å	R	E	U	Q	A	L	Y	I
G	D	H	G	K	K	V	I	X	A
G	U	W	G	Q	X	Z	P	W	N

Finn 5 feil

Samuel hørte mange ting fra Gud. Da Samuel ble voksen fortalte Gud ham hvem som skulle bli konge. Kan du finne fem feil på bildet under?



Tegning: Kari Sortland



Gi bladet Barnas
til et barn du er glad i!

Disse oppgavene er
hentet fra bladet.

Bestill abonnement
på sondagsskolen.no
eller 22 03 71 00

Vits:

Hvis du kaller
meg liten én gang
til, så hopper jeg
opp og biter deg
i kneskåla!



Søndagsskolen – mer enn du tror



Barn og unge i Voksen

5 år – kirkens bursdagsfest

Onsdag 3. juni er alle som fyller 5 år i 2026 velkommen til bursdagsfest og superonsdag. 14. juni er femåringene spesielt invitert til Skaperverkets dag.

2.-3. klasse – Tårnagenthelg

20.-21. mars blir det tårnagenthelg i kirken med masse gøy. Agentene er skuespillere på barnas påskedag 14. mars

7.-8. klasse – Til topps

Fredag 12. juni: Sommerkveld med bruskasseklattring, aktiviteter, grilling og kveldsavslutning.

Babysang

Hver tirsdag er det babysang kl. 11.00-13.00 med sang, sosialt samvær, kaffe og lunsj. Tilbudet er for alle, uavhengig av tro og kirketilknnytning. Følg med på kirkens nettsider og facebookgruppen: «Babysang og småbarnssang i Voksen kirke» for mer informasjon. Det vil komme oppstartsdato for høstsemesteret.

Søndagsskolen

Velkommen til søndagsskole kl. 11.00. Datoer for våren: 19. april og 31. mai. På søndagsskolen blir det delt inn i barnehagegruppe og skolegruppe med bibelfortelling og gøy aktiviteter. Følg med på våre nettsider for datoer til høsten. Det finnes en spond-gruppe for søndagsskolen, der det blir lagt ut datoer for søndagsskole, samt påmelding. Spondkode: ojeba. Spørsmål? Ta kontakt med menighetspedagog Mari: me972@kirken.no.

Speidere

Speideren er for jenter og gutter i 2.-4. klasse. Det er oppmøte ved Voksen kirke på tirsdager kl. 18.00-19.30. Det er plass til flere jenter og gutter som vil bli med. Speiderne utforsker

naturen, lærer å tenne bål, knytter speiderknuter, lærer hvordan man bruker speiderkniv, bruker telt, m.m. Ta kontakt med Mikael Ekdahl for påmelding eller spørsmål om oppstartsdato for høstsemesteret: mekedahl@online.no.

KRIK Røa

KRIK står for kristen idrettskontakt og kombinerer tro og idrett. I samarbeid med Røa tilbys et opplegg for barn og unge mellom 3. og 10. klasse med trening på Voksen skole. Det finnes tre grupper med aktiviteter annenhver fredag. For mer informasjon, ta kontakt med Knut Erik Skarpaas: k.e.skarpaas@gmail.com.

Lederkurs og ungdomsklubb

Lederkurs er for de som er ferdig med konfirmanntiden og oppover. Det er kurs ca. annenhver tirsdag fra kl. 17.30-19.00. Etterpå er det ungdomsklubb, med spill, prat, o.l. Ungdommene er med på arrangementer i løpet av året for barn og konfirmanter, både som en del av praksisen og for å bygge ledermiljø. Oppstartsdato er 8. september. Påmeldingsfrist er 6. september og gjøres via spond. Spondkode: IDVFW. Spørsmål? Ta kontakt med menighetspedagog Mari: me972@kirken.no.

Super Ønsdag

Velkommen til Superonsdag

18. mars, 15. april, 6. mai og 3. juni. Dette er et måltidsfellesskap for hele for hele menigheten, alle aldre! Se våre nettsider for mer informasjon.

16.30: Mingling, lek, frukt og kaffe/te
17.00: Middag med fellessamling
17.40: Aktiviteter for alle barna
17.15: På gjensyn!

Konfirmant

Er du født i 2012 og skal være konfirmant i 2027? Hjertelig velkommen til konfirmasjonstid i Voksen kirke! Vi starter konfirmantåret i slutten av januar 2027 med konfirmasjonsdatoer i Voksen kirke 11. og 12. september 2027. Påmelding åpner i mai, via våre nettsider.

Er du ikke døpt? Hvert år er det konfirmanter som ikke er døpt tidligere, som velger kirkelig konfirmasjon og døper seg i løpet av konfirmasjonsåret.

Noe du lurer på? Ta kontakt med kapellan Johannes! For mer info om konfirmasjon, se våre nettsider.



sponsorløp rundt kirka etter gudstjenesten. Her håper vi mennesker i alle aldre enten vil være med og løpe rundt til inntekt for at det er «håp i en dråpe vann» eller vil være sponsorer og støtte noen av de mange barna, konfirmantene eller voksne som løper!

Hvor mange runder rundt kirka klarer du, eller løperen du støtter, i løpet av 30 minutter?

Kapellan Johannes skal være «hare», så om du skal løpe, har du mulighet til å få deg en god rygg! Bli med og løp, støtt en løper under aksjonsløpet i Voksen, eller gi en sum direkte til fasteaksjonen (VIPPS: 659759, Bankkonto: 1503.27.58115)

Mere informasjon om fasteaksjonen – se menighetens hjemmeside på nett!

Hjertelig velkommen til aksjonsløp, god stemning, gudstjeneste og en dag som vil sørge for «håp i masse dråper vann»!

Kirkens Nødhjelps Fasteaksjon i Voksen, 2026

I fastetiden hvert år arrangerer Kirkens Nødhjelp sin årlige fasteaksjon. Gjennom midlene som samles inn, vil mennesker få tilgang til noe helt livsnødvendig: Rent drikkevann! Derfor er nok en gang slagordet for aksjonen «**Håp i en dråpe vann**»!

I Voksen menighet gjør vi en vri i år. Vi lar hovedmarkeringen av aksjonen skje en god stund etter påske: Søndag 10. mai inviterer vi til «Kirkens Nødhjelp Aksjons-dag» i Voksen kirke! Da feirer vi først gudstjeneste, og inviterer så til

Tenk deg en hverdag uten tilgang til rent vann.

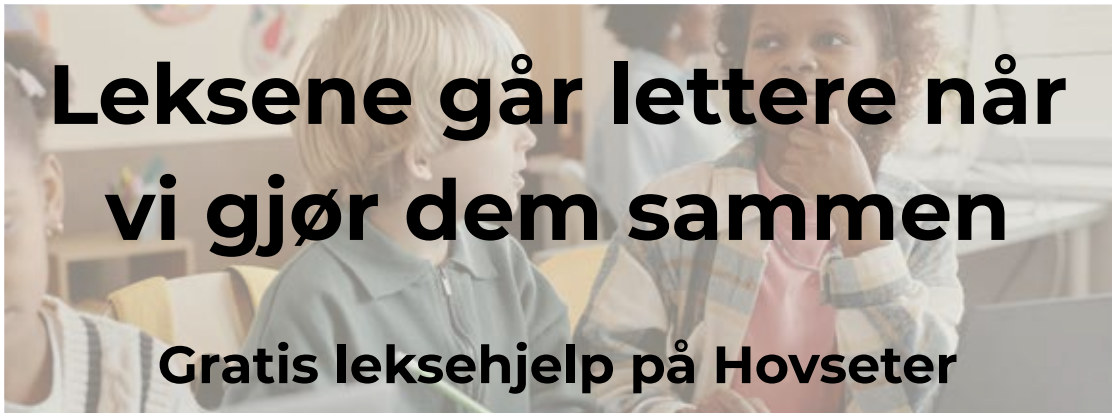
Dette er realiteten for 800 millioner mennesker. Støtt vårt arbeid for rent vann til de som virkelig trenger det.

VIPPS til 2426



KIRKENS NØDHJELP
actalliance



A photograph of three children in a classroom setting. A boy with blonde hair is in the foreground, looking towards the right. Behind him, a girl with dark skin and curly hair is looking towards the camera. Another child is partially visible on the left. They are sitting at a desk with papers and a laptop.

Leksene går lettere når vi gjør dem sammen

Gratis leksehjelp på Hovseter

Noen barn trenger litt ekstra tid med leksene.

Noen trenger bare et rolig sted å sitte.

Andre trenger noen som kan forklare én gang til.

Hos oss finner de tid, ro og mennesker som bryr seg.

Leksehjelpen vår er et sted hvor barn og ungdom kan gjøre leksene sine sammen med frivillige voksne.

Her er det rom for spørsmål, samtaler og små pauser underveis.

Det viktigste er ikke bare leksene.

Det viktigste er fellesskapet rundt bordet.

1.-4. klasse

Mandager kl. 1700–1900

Vi starter med
suppe og saft.

Hovstua

Ungdomsskolen

Onsdager kl. 1315–1615

Hovseter skolebibliotek

Vil du være frivillig?

Vi trenger voksne som
kan sitte sammen med
barn og ungdom
når de gjør lekser.

Du trenger ikke være
lærer.

Bare litt tid – og lyst til
å hjelpe.

Vestre Aker Frivilligsentral

post@vestreaker.frivilligsentral.no

vestreaker.frivilligsentral.no

Møteplass Røa

– fellesskap, aktivitet og noe å glede seg til

AV INGER WEGENER AAS

Midt i nærmiljøet på Røa finnes et varmt og levende møtested for seniorer: **Møteplass Røa**.

Her er det rom for både sosiale møter og aktivitet i en uformell og hyggelig ramme. Enten du ønsker å fylle uken med faste aktiviteter, eller bare vil stikke innom for en kaffe og en prat, er du hjertelig velkommen.

Vi tilbyr café, et bredt utvalg av aktiviteter og populære foredrag.

Caféen er åpen tirsdag- torsdag kl 11-13.30 og er et naturlig samlingspunkt, et sted for samtaler og hvor nye bekjenskaper oppstår. Vi serverer smørbrød, vafler, kake og kaffe. Et nytt sosialt tilskudd som er planlagt månedlig fremover er Herrebrunch, et uformelt treff for menn med god mat, prat og fellesskap rundt bordet – lav terskel, høy trivsel. Vi planlegger også Hobbybord, hvor man møtes for drive med håndarbeid, samt musikkdager hvor vi spiller jazz og annet etter ønsker.

Foredragene på Møteplass Røa er svært populære og samler mange.

I vinter har Per A. Madsen, medforfatter av boken Jens Stoltenberg, På min vakt- å lede Nato i krigstid forelest og Martin Biehl om Bogstad gård. Tidligere har landskapsarkitekt Ida F. Tønnessen holdt foredrag om Monets hage, Helge Simonnes, tidligere sjefredaktør i Vårt land med foredrag om Donald Trump- fredsdue eller vårherres kriger, og vi har hatt dikter Karen Selma Mariendal for høytlesning fra sin nyeste diktsamling.

Aktivitetstilbudet på Møteplass Røa er bredt og variert, med noe for de fleste interesser. Her finnes språkgrupper i fransk og engelsk, historie- og diskusjonsgrupper, samt kreative tilbud som



foto, akvarell, treskjæring og knivlaging, i tillegg til litteratur og slektsforskning.

For deg som vil være fysisk aktiv, tilbys styrke/ balanse, linedance, dans/salsation og yoga på stol, påmelding og betaling med navn, e-post og telefon til jennygjierlow@gmail.com

De fleste gruppeaktiviteter har **påmelding og betaling per halvår**.

Møteplass Røa har også et tydelig livsgledefokus:

Å skape hverdager med innhold, mening og tilhørighet. Små møter kan gjøre stor forskjell for humør og livskvalitet. Seniorer er en verdifull ressurs i bydelen vår, og her finnes et sted hvor erfaring, nysgjerrighet og engasjement får leve videre.

Kanskje finner du en ny interesse, et nytt fellesskap – eller bare et sted å høre til. Ta turen innom Møteplass Røa og oppdag alt som skjer. Det er plass til flere, og vi ønsker også flere frivillige som ønsker å bli besøksvenn/turvert. Velkommen!

Møteplasser i Bydel Vestre Aker



Bydelen har flere gode møteplasser for flere aldersgrupper og behov. Under følger en oversikt, og kanskje du finner noe som passer for deg!

Hovstua frivilligsentral

Bydelens egen frivilligsentral og nærmiljøsenters.

Adresse: Hovseterveien 84

Telefon: 23 47 61 18

Åpningstider: Man-fre

Diakonveien Omsorg+

Bydelens seniorsenter med diverse aktiviteter og matservering.

Adresse: Diakonveien 2

Telefon: 94 02 45 74

Åpningstider: Man-søn



Møteplass Vinderen

Allsidig møteplass med kafe for alle aldersgrupper.

Adresse: Slemdalsveien 72

Telefon: 23 22 05 80

Åpningstider: Man-fre, klokken 10:00-14:00

Møteplass Røa

Sosial møteplass på Røa Torg med særlig fokus på seniorer.

Adresse: Tore Hals Mejdells vei 8

Telefon: 93 99 99 00

Åpningstider: Tir-tor, klokken 11:00-13:30

Oslo Vest Frivilligsentral

Møteplass for mennesker i alle aldre.

Adresse: Pilotveien 6

Telefon: 40 40 99 34

Åpningstider:

Marka Mobile eldresenter

Tilbud til deg som bor eller har bodd i markadistriktene Maridalen, Sørkedalen og Solemskogen.

Adresse: Sørkedalens idretts- og bygdehus **Telefon:** 90 76 55 74



Seniorveileder

Har du spørsmål om tilbud til seniorer? Da kan du kontakte bydelens seniorveileder.

Telefon: 99 20 48 10

Bydelens menigheter (Ris, Voksen og Røa/Sørkedalen)

Menighetene tilbyr alle varierte aktiviteter og tjenester som skaper trivsel og meningsfylte aktiviteter. Ta kontakt med menighetene direkte. **Telefon:**

Ris - 23 62 94 70, Voksen 23 62 94 50, Røa/Sørkedalen - 23 62 94 30



Foto: Lars Verket

Naturens gjenopprettelse

Ved skapelsen gjorde Gud mennesket, Adam, til naturens herre. Tegnet på dette var at Adam skulle navngi alle dyrene.

Adams tragiske fall hadde noe med naturen å gjøre. Det er nok å minne om hvordan alt det skapte sukker og støn sammen, som i fødselsriek, slik apostelen sier (Rom 8, 22) Menneskets frelse ved Kristus har dermed også en side som vender mot naturen.

Engler og stjerner, alt det skapte i luften, på jorden og i vannet frydet seg over at naturens herre var blitt forlørt og kommet tilbake til sin opprinnelse hos Gud.

Heller ikke for Kristus var naturen fremmed. Evangelisten Johannes vitner om at alt er blitt til ved ham (Joh 1,3). Kristenheten har gjentatt dette i sin trosbekjennelse, når den sier at «alt er blitt til ved ham» (Den nikenske trosbekjennelse).

I Bibelens salmer kan vi lese at solen, månen, ilden, vinden,

regnet og elementene priser Gud.

Vi vet ikke hvilken form for bevissthet som gjennomstrømmer naturen. Men noe er det. Naturen er ikke stum. Den er fylt med sin egen, hemmelige lovsang til Gud.

I den monastiske tradisjon leder vi hver natt Salme 148 og 149 i Salmenes bok. I disse salmene blir hele naturen, i alt sitt mangfold og all sin rikdom, bedt om å lovsynge Herren, sammen med englene og hele hans hær.

I vår tid er det viktig at vi fornemmer og erkjenner naturens lovsang.

Den har alltid vært der, men nå er det tid for å la den oppstå som et dybdeperspektiv i kristendommen. Vi må lære oss å respektere naturen som noe eget, utenfor oss selv.

Naturen har sin egen tone og sin egen verdi. Vi skulle omgi den med kjærlighet og omsorg. Det står i vår makt og er vårt ansvar.

Gjengitt fra boken «Biskop Thomas. I kjærlighetens sirkel» av Eyvind Skeie med tillatelse fra Luther forlag



JØLSTAD
begravelsesbyrå

Grefsen - Smestad - Kirkeveien

22 79 77 00 / www.jolstad.no

Ingen er like. Hvorfor skal begravelser være det?



Døpte

Ida Furre Hunshamar
Hennie Johannessen-Bakke
Herman Økland Tubbene
Johannes Hegland
Signe Emilie Ruud Regnell
Alf Meier Reiss-Jacobsen
Kari Sofie Borge Langsholt
Leah Korkunc-Berg
Amund Bretteville-Rasten
Ella Louise Mills Lindskog
Filip Lindstrøm Langaard
Johanne Borgen Fjell
Theodor Aanesen Norstein
Ruth Alvilde Ensrud Aarseth
Amalie Sandnes Wulff-Pedersen
William Meling Larsson
Amalie Sandnes Wulff-Pedersen
Gustav Bergholt
Aurora Galina Fornebo
Ellie Elisabeth Dagenborg
Nora Halsne Raunkjær
Vetle Sandsdalen Thele
Magnus Nøren Busterud
Mille Louise Brun-Falch
Vera Poppelman Boserup
Ludvik Wahl Poppelman



Gravferder i Voksen

Per Holmsen
Kolbjørn Johan Martin Adolfsen
Terje Sollie
Odd Frostrud
Roger Nygaard
Mari Tvedt
Ellen Wright
Ann Elizabeth Phillips
Stein Kåre Nilsen Bergan
Jan Arne Rødland
Betzy Kristine Kjelsberg
Eva Oddny Kjernet
Harriet Synnøve Gundersen
Kaare Gilhus
Erik Ask
Tor Kjell Fossan Waage
Marianne Aars Helliesen
Magnhild Johansen
Solveig Dagny Skjerden
Asfrid Pauline Lønstad
Claus Ole Nergaard
Liv Skorpen Haugen
Laila Brandsnes Austad
Kari Fleischer Wathne
Rita Kristine Røvig
Kjell Syversen Deglum
Irene Dagrund Bjerke
Edith Alice Nordskar
Fredrik Høyser
Lukas Ødemark Hov
Aslaug Gulbrandsen
Sarah Elizabeth Robey Hesselberg
Bente Thomassen
Vivi Torjuul
Viggo Jean-Hansen
Helga Braathen
Lise Thaulow Eidsgaard
Bente Kirsebom
Petra Kristine Blyverket



GRAVSTENER

ASKER - BÆRUM - OSLO

- Distriktets største utvalg
- Flere hundre sten utstilt
- Alle prisklasser, gratis katalog
- Se også vår hjemmeside

**SETTEM
STENINDUSTRI AS**

Tlf. 67 80 21 00

Skollerudvn. 135, Lommedalen

www.settem.no



Solskjerming

SKREDDERSYDD SOLSKJERMING

Besøk oss på Røa,
vis-avis Røa kirke.

Gratis befaring og måltaking.

Ring 22 50 65 00

Vækerøvn 213, 0751 Oslo

www.norsol.no



Voksen kirke kan
tilby lokaler i ulike
størrelser, og for
forskjellige behov:

leie
lokaler
?

**selskaper
møter & kurs
minnesamvær**

Velutstyrt kjøkken.
Fredelige omgivelser.
Røyk- og alkoholfritt miljø.
Gode parkeringsforhold

Kontakt

Voksen menighetskontor
på tlf 23 62 94 50



Røa Bok og Leker

ringo.no

RØA ELEKTRISKE

Autorisert elektro - og teleinstallatør

- Alle typer elektroinstallasjoner hos private og næringsdrivende
- Elsjekk og internkontroll
- Feilsøk og utbedring av elektrisk varme i gulv
- Montasje og feilsøk av TV og dataoppkoblinger



Tlf 22 50 75 00

post@roaektriske.no - Aslakveien 14 B

Medlem av: **ELPROFFEN** www.elproffen.no



**NABOLAGS
ADVOKATEN**

ADVOKAT MORTEN PERSEN

Partner/Advokat MNA

Advokatfirma Morten Persen AS
Telefon: +47 908 33 624
www.nabolagsadvokaten.no

Besøksadresse:
2. Etasje Røa Senter,
Vækerøveien 205, 0751 Oslo