



# Nyhetsbrevet

Østre Aker og Haugerud menighet

JULI 2026

LES MER

## Kirka på Pride

Også i år stod vi på stand under Kirka på Pride.



## Pilegrimsleden

Følg pilegrimsleden gjennom Groruddalen.



## Åpen kirke og sommerkafé

Også i år holder vi Østre Aker kirke åpen i sommerukene. Der kan du også komme innom vår sommerkafé på kirkebakken.

Her blir du tatt imot av våre hyggelige ungdommer som er kirkeverter. De ønsker alle velkommen – enten du vil se deg rundt i kirken, tenne et lys, finne litt ro eller bare ta en pause på turen. Gjennom hele sommeren holder Østre Aker kirke åpent hver tirsdag og torsdag kl. 11.00–15.00.

I kirkens våpenhus serveres det nystekte vafler, kaffe, te og saft. Er været fint, setter vi ut hagemøbler foran kirken. Her kan du nyte kaffen i rolige og grønne omgivelser, eller slå deg ned på en av benkene rundt kirken.

Tar du turen hit, anbefaler vi også et besøk i Ulvenhagen, som ligger like ved kirken. Nå på sommeren bugner hagen av blomster, urter, bær og grønnsaker. Den er blitt et lite grønt pusterom i bydelen – skapt av frivillige, naboer og hageentusiaster.

Kanskje er du på pilegrimsvandring. Kanskje er du ute på sykkeltur. Eller kanskje du bare har lyst på en vaffel og en hyggelig prat.

Uansett er du hjertelig velkommen til Østre Aker kirke i sommer!



## La humla suse

«La humla suse», sier vi. Et godt uttrykk, synes jeg.

Juli er kanskje årets beste anledning til nettopp det. Til å senke skuldrene litt.

Sitte litt lenger på trappa, på en benk i kveldssola, høre på god musikk eller et fint radioprogram eller podcast. Eller ha tid til bare å være – bare å se. Legge merke til det vi ellers haster forbi.

Gud møter oss ofte nettopp der – i det enkle og hverdagslige. Ikke bare i de store opplevelsene, men i stillheten, naturen, et godt møte med et annet menneske eller en kirke som står åpen.

Jeg håper juli gir deg tid til å hente pusten. Og om dagene skulle være tunge, så husk at Gud ikke tar sommerferie.

God sommer – og la humla suse.

Thomas Berbmom  
Sogneprest

# Gudstjenester



## Haugerud

**Søndag 5. juli kl. 11.00**

6. søndag i treenighetstiden  
Gudstjeneste ved Sara  
Moss-Fongen og Rasmi  
Krippendorf

**Søndag 12. juli kl. 11.00**

7. søndag i treenighetstiden  
Gudstjeneste ved Sara  
Skreppedal Moss-Fongen og  
Samuel Krippendorf.

**Søndag 19. juli kl. 11.00**

8. søndag i treenighetstiden  
Gudstjeneste ved Helge  
Asbjørn Staxrud og Ritta  
Dahl Fjæren.

**Søndag 26. juli kl. 11.00**

9. søndag i treenighetstiden  
Gudstjeneste ved Helge  
Asbjørn Staxrud og Rasmi  
Krippendorf

**Søndag 2. august kl. 11.00**

10. søndag i treenighet  
Gudstjeneste ved Helge  
Asbjørn Staxrud og  
Oleksandr Bykov

**Søndag 09. august kl. 11.00**

11. søndag i treenighet  
Gudstjeneste ved Thomas  
Borbom og Oleksandr  
Bykov.

**Søndag 16. august kl. 11.00**

12. søndag i treenighet  
Gudstjeneste ved Thomas  
Borbom og Oleksandr Bykov

**Søndag 23. august kl. 11.00**

13. søndag i treenighet  
Gudstjeneste for små og  
store ved Sara Moss-Fongen  
Skolestartgudstjeneste.  
Skolestartere får bok.



## Østre Aker

**Søndag 23. august kl. 11.00**

13. søndag i treenighet  
Gudstjeneste ved Helge  
Asbjørn Staxrud.

**Søndag 6. sept. kl. 11.00**

15. søndag i treenighet  
Konfirmasjonsgudstjeneste  
ved Sara Moss-Fongen og  
Oleksandr Bykov.

## Kirkekaffe i sommer

Hver søndag i  
sommer inviterer vi,  
som vanlig, til  
gudstjeneste i  
Haugerud kirke  
kl. 11.00, etterfulgt  
av kirkekaffe.

For mange som er  
hjemme i sommer-  
ferien, er kirkekaffen  
et hyggelig  
treffested. Her er det  
tid til en kopp kaffe,  
en prat med kjente  
og nye ansikter, og et  
godt fellesskap før  
resten av søndagen  
tar til.

**Vel møtt!**



*Kirka på Pride - her med diakonene  
Signe Myklebust og Marit Juven  
Gjærde sammen med biskop Sunniva  
Gylver.*

## Kirka på Pride

Også i år var Østre Aker og  
Haugerud menighet representert  
under Oslo Pride. Sammen med  
mange andre ansatte og frivillige  
fra Den norske kirke var vi med å  
bemanne Kirkens stand i Pride  
Park.

Vi ledet også babysang en av  
dagene. I Pride park møtte vi  
mennesker i alle aldre. Noen kom  
for en prat, andre stilte spørsmål  
om kirken, og mange var glade  
for å se at kirken var til stede.

Kirken på Pride er blitt en fast  
del av Oslo Pride. Menigheter fra  
hele Oslo bispedømme bidrar  
gjennom festivalen. Målet er  
enkelt: å være en synlig kirke, og  
å møte mennesker med respekt,  
omsorg og åpenhet.





## Et vevd fellesskap

I juni fikk Haugerud kirke være en del av et helt spesielt kunstprosjekt.

Haugerudveven er en stedsspesifikk forestilling og et kunstprosjekt ledet av dramapedagog og kunstner Hedda Fredly, der mennesker fra nærmiljøet har skapt et felles kunstverk gjennom tekstil, fortelling, musikk og bevegelse.

Prosjektet hentet inspirasjon fra tekstilkunstneren Else Marie Jakobsens kirketekstiler, men veven ble samtidig et bilde på Haugerud i dag – et lokalsamfunn der mennesker med ulike bakgrunn, alder og livshistorie er vevd sammen.

For oss i Haugerud kirke var det en glede å åpne kirkerommet for prosjektet. Kirken ble ikke bare en ramme rundt forestillingen, men en del av selve fortellingen om stedet, menneskene og fellesskapet.

Vi håper Haugerudveven bare er begynnelsen på flere kunst- og kulturprosjekter som kan samle mennesker og gi nye blikk på både kirken og nærmiljøet.



## Sommeråpent

Også i sommer er det noen møteplasser i Østre Aker og Haugerud menighet, selv om kontoret har noe reduserte åpningstider.

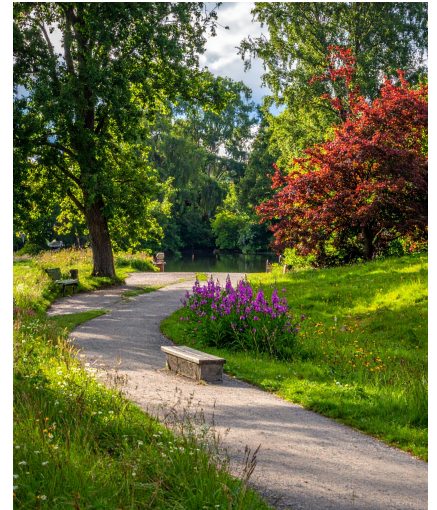
**Uke 28–29:** Kontoret er stengt. Ta gjerne kontakt på e-post eller telefon.

**Uke 30–31:** Onsdag og torsdag kl. 10.00–14.00

**Fra uke 32:** Vanlige åpningstider tirsdag og torsdag kl. 10.00–14.00

Kontakt oss, e-post: [post.oah.oslo@kirken.no](mailto:post.oah.oslo@kirken.no)  
Telefon: 23 62 97 40

Hver søndag er det gudstjeneste i Haugerud kirke kl. 11.00 med kirkekafe etterpå. I Østre Aker kirke er det åpen kirke tirsdager og torsdager – og enkelte søndager – med mulighet for en stille stund, en prat og ofte kaffe, te og nystekte vafler.



## Sommer i nabolaget

Skal du tilbringe sommeren hjemme?

**Haugerud IF** inviterer til et omfattende sommerprogram med gratis aktiviteter gjennom hele skoleferien. Her blir det blant annet fotball, basket, badminton, dans, sjakk, allidrett og friluftaktiviteter – ledet av både trenere og ungdom fra nærmiljøet. Se hele programmet på:

[Klikk her for mer informasjon.](#)

**Bydel Alna** har også samlet en oversikt over gratis ferieaktiviteter for barn, ungdom og familier gjennom sommeren. Her finner du alt fra fritidsklubber til idretts- og kulturtilbud. Oversikten finner du på:

[Klikk her for mer informasjon.](#)

## Sommerkafé ved Haugerud kirke

Ta en pause og stikk innom sommerkafeen på plattingen utenfor Haugerud kirke! Hver torsdag kl. 11.00–13.00 serverer ungdommer fra Haugerud Idrettsforening gratis kaffe og te, og ryktene sier at det også blir nystekte vafler.

Kom innom for en hyggelig prat – alle er hjertelig velkommen, enten du er ung eller gammel. Ved regnvær flyttes sommerkafeen inn i kirkestua.





## Pilegrim gjennom Groruddalen

**Visste du at en av Norges viktigste pilegrimsleder går rett gjennom Groruddalen – og forbi Østre Aker kirke?**

Gudbrandsdalsleden, den historiske pilegrimsveien til Trondheim, starter ved ruinene av St. Hallvardskatedralen i Gamlebyen. Derfra går den nordover gjennom Oslo, videre gjennom Groruddalen og over Gjelleråsen før den fortsetter mot Romerike, Gudbrandsdalen og til slutt Nidarosdomen.

Gjennom middelalderen vandret tusenvis av mennesker denne veien. Noen gikk for å be, andre for å takke, søke tilgivelse eller finne en ny retning i livet. I dag er motivene like ulike. Noen går av kulturell interesse, andre for naturopplevelsens skyld, og mange opplever at det å gå gir rom for ettertanke og stillhet.

Østre Aker kirke har en naturlig plass langs denne historiske ferdselsåren. Kirken har stått her siden 1860, og pilegrimsleden passerer like ved. Mange moderne pilegrimer legger inn et stopp ved kirken før de fortsetter nordover gjennom dalen. Det finnes også et pilegrimsherberge, med mulighet for overnatting, ved kirken.

Kanskje trenger man heller ikke gå helt til Nidaros. En pilegrims-vandring kan være en kveldstur gjennom nærmiljøet, alene eller sammen med andre. Det viktigste er ikke hvor langt man går, men at man tar seg tid til å være underveis.

Neste gang du ser det karakteristiske pilegrimsmerket langs veien, vet du at du står på en rute mennesker har fulgt i nærmere tusen år – og at den går tvers gjennom vårt eget nærmiljø.



## Velkommen til dåp

I Østre Aker og Haugerud kirke er små barn, ungdommer og voksne hjertelig velkommen til dåp. Dåpen er en vakker og viktig dag – et møte med Guds kjærlighet, fellesskap og velsignelse.

Mange tenker at dåp må være stort og omfattende. Ofte kan dåpen være enkel: en fin stund i kirken sammen med familien og de nærmeste. Nesten hver søndag er det mulighet for dåp hos oss.

Påmelding skjer enkelt via [minkirkeside.no/oslo](http://minkirkeside.no/oslo) eller ved å kontakte kirka eller en av prestene.

På nett finner du datoer og praktisk informasjon. Etter påmelding tar vi kontakt for med dere.

### Kontakt oss

Telefon 23 2 97 40. E-post: [post.oah.oslo@kirken.no](mailto:post.oah.oslo@kirken.no)  
Nettside: [www.kirken.no/oah](http://www.kirken.no/oah) Vi er også på Facebook

### Dåp, bryllup eller gravferd?

Se [minkirkeside.no](http://minkirkeside.no)



**DEN NORSKE KIRKE**  
Østre Aker og Haugerud sokn

### Bli fast giver og støtt kirkas arbeid

Du kan registrere deg på ettsiden eller overføre penger via nettbank til konto 1506 25 86157 eller vipps #11565