

Mars



Foto: Hansloo Group production studio

Er du glad i stillhet?

Noen ganger kan det være utrolig deilig å bare være stille – tidlig om morgenen med en kopp kaffe eller te, eller på en tur i naturen hvor stillheten fylles av fuglesang og vinden som rusker i trærne. Stillhet kan være en gave, en pustepause i en ellers travel hverdag.

Taushet er gull sier vi. Jeg hørte en legge til: «med mindre man har småbarn, da betyr det at det er noe mistenksomt som skjer!» Det er ikke alltid stillhet er godt. Stillheten kan også få frem tanker og følelser vi har støyet bort med travle gjøremål. Plutselig står vi ansikt til ansikt med oss selv. Det kan være smertefullt.

Fastetiden kan være en tid der vi utfordrer oss til å søke stillheten. Legge vegg skjermer, gjøremål, og våge å møte oss selv og Gud. I Bibelen står det mye om stillhet. Vi ser hvordan Jesus gang på gang trekker seg tilbake for å være alene i bønn.

En av de vakreste fortellingene om stillhet finner vi i 1. Kongebok. Profeten Elia har flyktet og gømmer seg i en hule. Der møter han Gud – men ikke på den måten han forventer:

"Foran Herren kom en stor og sterk storm som kløvde fjell og knuste klipper, men Herren var ikke i stormen. Etter stormen kom et jordskjelv, men Herren var ikke i jordskjelvet. Etter jordskjelvet en ild, men Herren var ikke i ilden. Etter ilden – lyden av skjør stillhet." (1. Kong 19,11-12)

Gud var i stillheten.

Noen har fått høre litt for ofte at de må være stille. Da tenker jeg det er viktig å si at Gud er også i støyen og hverdagslivet – i latteren, i fellesskapet, i alle de små og store hendelsene som fyller dagene. Men fastetiden minner oss om at vi også kan finne Gud i stillheten. I det skjøre, forsiktige, nesten uhørlige.

Kanskje denne fastetiden kan være en mulighet til å våge seg inn i stillheten? Ikke som en tomhet, men som et møtested med Gud. Han som er nær deg, som ser deg, som lytter, som trøster og oppmuntrer. Hva skjer om du setter av noen minutter hver dag til å være stille? Ikke for å fylle tomrommet med nye oppgaver, men for å bare være? Kanskje du vil merke at Gud allerede er der, midt i stillheten, midt i livet.

Hva skjer i mars

- 02.03 11:00 Gudstjenestene m/søndagsskole
- 07.03 18:00 Tweens
- 09.03 16:00 Kulturmiddag (Påmelding)
- 09.03 18:00 Konsert med Jakob Myhre og Tim Stern
- 15.03 1800 RamadanGjest
- 22.03 10:00 Stille dag
- 29.03 09:00 Barnebruktøysalget
- 30.03 12:30 Årsmøte
- 31.03 19:00 MENN-MAT-PRAT

Faste aktiviteter

Tirsdag

- 11:00 Babysang med luns
- 16:30 Middag for alle

Onsdag

- 11:00 Åpent hus
- 18:00 DIY (ungdomssalen)

Torsdag

- 17:30 Speideren

Søndag

- 11:00 Gudstjeneste



Foto: Jan Erik Solberg Johansen

Vær med å be for...

- Naboen din
- Ungdommene i nærmiljøet
- Staben i menigheten

Kulturmiddag

Vårens kulturmiddag blir søndag 09. mars. Vi dekker langbord og serverer god middag, dessert og kaffe. En hyggelig ettermiddag med mulighet for å være sammen kjente og skape nye bekjentskap. Else S. Vatne vil fortelle om Thailand og NMS sitt spennende arbeid der. 18:00 beveger vi oss over i kirkerommet. Der blir det konsert med Jakob Eri Myhre (electronics/ trompet) og Tim Stern (orgel),

Påmelding til middagen går til Martine Semb innen 6. mars. 13:00.

RamadanGjest

Lørdag den 15. mars kl 18.00 gjentar vi suksessen fra i fjor og arrangerer Ramadangjest i samarbeid med En Verden I Dialog (EVID)!

Ramadangjest er et initiativ fra muslimer i Bærum som ønsker å bygge bro mellom kulturer og trosretninger. Bli med på en hyggelig kveld der vi deler et felles måltid, lærer om hverandres fastetradisjoner og skaper nye bekjentskaper.

Hva kan du se frem til?

- Et smakfullt iftar-måltid: Gratis tyrkisk mat servert av vårt muslimske vertskap.
- Fellesskap og dialog: Gode samtaler rundt bordene når solen går ned.
- Musikk og kulturinnslag: Opplev vakker musikk og lær mer om Ramadan-tradisjoner.
- Innsikt i fastetradisjoner: Både muslimsk og kristen faste blir belyst.

RamadanGjest er en flott mulighet til å:

- Bli kjent med dine naboer og bekjente fra en annen kultur.
- Bryte ned fordommer og øke gjensidig forståelse.
- Dele et måltid i fellesskap og skape nye vennskap.

Arrangementet er gratis og åpent for alle fra 12 år og oppover.

Meld deg på i dag på våre nettsider

Stille dag

Det kan være vanskelig å finne tid til å sette seg ned og få et pusterom. Det er mye som skjer i verden og i livene våre som gjør at vi mister gleden og spinner avgårde i bekymringer og uro.

"Stille dag" er tenkt som en ramme som gir hjelp til samling rundt det som nærer sjelen og håpet. Dette er det i kirken lang tradisjon for å gjøre i fastetiden. 22.mars samles vi i Helgerud kirke i et stille fellesskap hvor vi gjør oss tilgjengelige for Guds nærvær i oss, rundt oss, og mellom oss. Vi følger den gamle klostertradisjonen med tidebønner og samles i kirken tre ganger i løpet av dagen. Det blir mye tid til stillhet og meditasjon hver for oss, og vi spiser et enkelt måltid sammen mens vi lytter til musikk. Stillheten og skjønnhet har en evne til å røre dypt ved oss og kan møte oss akkurat der vi er med det vi trenger. Denne dagen kan vi få sette oss ned ved en kilde som nærer sjelen, som gir hjelp til livet, som fyller oss med glede, håp og trøst. Arrangementet er åpent for alle, uavhengig av om du har erfaring med meditasjon og stillhet tidligere. Det gis god informasjon underveis. Det er gratis å delta, og vi er takknemlig for om du vil gi en gave som hjelper oss å dekke utgiftene.

For påmelding og spørsmål ta kontakt med sogneprest Margrete Telhaug
epost:mt452@kirken.no, tlf:48243224



Foto: publicdomainpictures.net

Barnebruktøysalget

Velkommen til vårens store Barnebruktøysalg i Helgerud kirke, lørdag 29. mars kl. 09-13. Trenger barna dine eller noen du kjenner sommersko, babytøy, pentøy til 17. mai, regntøy, nye bøker, leker, merino ull eller skifteklær til barnehagen? Listen kunne ha vært uendelig, men svarer du "ja" på et av disse spørsmålene, så er dette salget noe for deg.

Gjør som mange andre; kom med venner og familie, gjerne med en stor IKEA pose og gjør utrolig mange flotte kupp!



Foto: Pixelshot

Åpent hus

Åpent hus er et formiddagstreff for alle som ønsker å ha noen å dele tanker og formiddagsmat med. Vi har treff hver onsdag fra kl. 11 - ca. kl. 13. For kr 50 får du smørbrød, kaffe, te og vafler.

Vi kan tilby et varmt og inkluderende fellesskap og vi har et variert program. Mye sang, ulike foredrag, musikalske innslag m. m. og besøk av personer som deler tanker om sin kristne tro. Hvert treff avsluttes med en kort andakt. Det er ca. 20-30 personer som møtes hver uke, men vi har plass til flere. Vi ønsker alle nye deltakere varmt velkommen!

Program for mars

- 5.mars: Else Storaas Vatne: "Glimt fra hva Helgerud menighet er med på i Thailand via misjonsavtalen med NMS".
- 12. mars: Gunnar Næsheim, tidligere prost, deler sine tanker med oss.
- 19. mars: Kjell Bjørka holder kåseri ned bilder: Greskortodoks påske.
- 26. mars: Gry Thune Young leser for oss.

Vil du bidra?

Ønsker du å engasjere deg i menighetens arbeid? Vi har behov for frivillige i flere ulike oppgaver:

Kirkevert: Vær med i team som tar imot de som kommer på gudstjeneste, deler ut salmebok og program, og sørger for at dåpsfølge blir tatt godt vare på hos oss.

Medliturg: Bidra under gudstjenesten med å lese tekst, gi informasjon, be bønner og lede gudstjenesten i samarbeid med liturg.

Kjøkkenteam: Bli med i et kjøkkenteam som en gang i måneden lager mat og/eller ordner oppvask på vår ukentlige tirsdagsmiddag.

Tweens: Engasjer deg i vår månedlige samling i kirka for tweens fra 5.-7. klasse. På denne ungdomsklubben trenger vi voksne som kan være med å rigge opp og ned, stå i kiosken, ha leker, skape sosiale kontakter og ha andakt.

Søndagsskolen: Meld til å være med under søndagsskolen første søndagen i måneden. Her trenger vi voksne til å ha andakt, ha aktiviteter, organisere og skape et utvidet sosialt tilbud for barn og foreldre etter gudstjenesten.

Kunne du tenke deg å bidra på noe av dette? Eller er det kanskje også noe annet du brenner for? Ta kontakt med en i staben, send en mail til post.helgerud@kirken.no



Foto: Jan Erik Solberg Johansen

Årsmøtet

Søndag 30.mars, etter gudstjenesten, avholdes menighetens årsmøte. Det blir gjennomgang av årsmelding og regnskap og muligheter for å stille spørsmål. I tillegg vil menighetsrådet og staben trekke frem noe av det de ønsker å vektlegge for 2025. Årsmeldingen vil bli tilgjengelig på nett og i kirken i forkant av møtet. Vel møtt!



Foto: Martine Semb

STREVER DU ETTER SAMLIVSBRUDD ?

I regi av Den norske kirke tilbyr vi:

SAMTALEGRUPPER ETTER SAMLIVSBRUDD

Vi arrangerer nye grupper i Bærum

på Fornebu våren 2024

Oppstart av gruppen mandag 22. april kl. 17.30

Lurer du på om dette kan være noe for deg?

Ta kontakt med diakon Siri N. Nilssen

på email: sn436@kirken.no

på telefon: 982 67 803

Gruppene er åpne for alle, uavhengig av livssyn.

"Sorgen det ikke sendes blomster til"


Samlivsbrudd
Sorgen det ikke sendes blomster til

<https://www.facebook.com/samlivsbrudd>
Deltakeravgift: kr. 500,-

<https://sorgvedsamlivsbrudd.no/>



Uforglemmelige dager ved sjøen: En leir fylt med læring, engasjement og drømmer

Litt mimring på en kald vinterkveld; i fjor sommer samlet vi 75 stipendelever fra hele Thailand til en minneverdig leir på Baan Sabai Sabai Resort i Rayong. Det ble tre dager fylt med læring, moro og samhold – fra søppelrydding på stranden til inspirerende aktiviteter som sportsleker og en viktig forelesning fra nettpolitiet. Leiren har blitt et flott minne for deltakerne, og vi ser tilbake på en uforglemmelig opplevelse.

I juli arrangerte Sterke og trygge familier leir for stipendelevene våre. Vi kan se tilbake på tre uforglemmelige dager fylt med aktiviteter, læring og glede! Denne gangen var vi samlet ved sjøen i Rayong, hvor 75 ungdommer fra hele Thailand, sammen med voksne ledere, ansatte fra diakoniavdelingen og vårt eget leirband fra Immanuel kirke/Immanuel musikkskole, deltok på leiren. Leiren startet med registrering, en energisk åpning med morsomme leker, før vi satte i gang en viktig miljøaktivitet – søppelrydding på stranden. Ungdommene viste stor entusiasme og engasjement, og det var inspirerende å se dem bidra til å gjøre stranden renere.

En av aktivitetene på leiren var i et samarbeid med nettpolitiet (cyber police) fra Bangkok. Et team fra politiet holdt en viktig forelesning om farene ved å bli lurt på nettet, et alvorlig problem i Thailand. Ungdommene lærte hvordan de kan beskytte seg selv og sine familier mot svindel og andre farer på internett, og det var tydelig at de satte stor pris på informasjonen de fikk.

Etter forelesningen hadde vi en kjekk ettermiddag på stranden med sportsleker, der ungdommene fikk muligheten til å være aktive og ha det gøy sammen. Teamet fra politiet deltok også i lekene, noe som gjorde det hele enda mer sosialt og morsomt.

En av de mange minneverdige øyeblikkene på leiren var kvelden med temaet «Min drømmejobb». Ungdommene ble delt inn i grupper og fikk i oppgave å lage og fremføre et skuespill som representerte deres drømmejobb. Det var kjekt å se hvor kreative og modige de var i å dele sine håp og ambisjoner. Etter skuespillene ble det en konsert der Immanuel musikkskoles band satte stemningen med sin opptreden, og ungdommene fikk muligheten til å vise sitt talent og sine drømmer gjennom musikken.

Vi sitter tilbake med mange gode minner. Tilbakemeldingene fra deltakerne var veldig positive. Ungdommene og voksenlederne uttrykte stor takknemlighet. De opplevde at dagene var inspirerende, morsomme og avslappende. For flere av barna var dette første møte med strandliv og havet. Det er tydelig at diakonavdelingens ansatte gjorde en stor innsats for å skape en vellykket og meningsfull leir.

Vi ønsker å takke dere, våre støttespillere, for at dere har gjort dette mulig. Deres bidrag ga ungdommene muligheten til å delta på en uforglemmelig leir. Takk for at dere står med oss i dette viktige arbeidet.

