

Oktober



Foto: Martine Semb

Se på fuglene

I sommer begynte jeg å se på fugler. Det var et godt tidspunkt å starte på. Jeg bor ved et vernet fuglereservat på østkanten av Oslo, og om sommeren yrer det av liv i tretoppene. Nå har trekkfuglene funnet varmere strøk. Selv om vi har mange flotte stamfugler i våre norske skoger, er det litt mindre liv i tretoppene. Det føles mer ensomt i skogen nå. Men takk og lov for stamfuglene. I vår del av verden preges vi sterkt av skiftende årstider. Slik opplever vi Guds skaperverk. Salmeboken vår gjenspeiler det med salmer for ulike årstider, og vår opplevelse av den verdensvide kirkekalenderen – fra advent til pinse – formes av opplevelsen av den nordlige naturen rundt oss. Med høsten kommer mørkere tider. Skogen blir stille. Og kanskje opplever du også at det blir mer ensomt.

«Vær ikke bekymret for livet» trøster Jesus folket sitt med i Matteus 6: «Se på fuglene under himmelen! De sår ikke, de høster ikke og samler ikke i hus, men den Far dere har i himmelen, gir dem føde likevel.» Jeg lurar på om fuglene var trekkfugler, eller stamfugler? Sannsynligvis sistnevnte gitt det varmere klimaet i sør. Når jeg går ut i min skog nå, derimot, har mange av dem trukket sørover nettopp fordi det ikke er så mye føde for dem her. Jeg må bli igjen. Min opplevelse av Jesu trøsteord, veves sammen med min opplevelse av naturen rundt meg.

Vi tror Gud har skapt alt liv og alltid har omsorg for sitt skaperverk. Men vi vet at livet er urettferdig og at mange rundt oss, særlig nå som dagene blir mørkere, vil kjenne ekstra mye på ensomhet og savn. Om vi bare kunne bre vingene ut, og rømme med trekkfuglene fra kulden og mørket. Men takk og lov for stamfuglene. De vitner fortsatt om Guds omsorg. Og kan vel vi være som stamfugler for hverandre, som holder sammen gjennom den mørke tiden og fyller den med liv og nærhet. Før vi vet ord av det, er tretoppene fulle av liv igjen.

**Å Herre Krist, når tvilen siver
som høstkvelds mørke mot mitt sinn
når tanken troens dødsdom skriver,
og frostvær slår i sjelen inn,
da, Herre, kom og vær meg nær,
tross all min tvil jeg har deg kjær
(Fra Salme 444 av Erling Tobiassen)**

Av Dan-Thomas Tveita

Hva skjer i oktober

05.10 11:00 Fellesgudstjeneste i Tanum

08.10 16:30 Lederkurs for ungdom

12.10 11:00 Gudstjeneste med utdeling av 6-årsboka,
Hoppetitten synger.

18.10 09:00 Barnebruktøysalget

22.10 16:30 Lederkurs for ungdom

24.10 18:00 Tweens

26.10 11:00 Gudstjeneste og internasjonal kirkelunsj.

Velkommen Dan-Thomas

16. september startet Dan-Thomas Tveita som vikar i kapellanstillingen her i Helgerud menighet. Vi gleder oss veldig til å bli kjent med han og ha han som en del av staben og menigheten. Er du nysgjerrig og ikke tålmodighet til å vente med å bli kjent med han? Her gir han en liten input på hvem han er:

“Mitt navn er Dan-Thomas, er 38 år gammel og bor på Bogerud i Oslo. Jeg er snart ferdig utdannet cand.theol. fra MF, og har det siste året jobbet som kapellan i Holmen menighet.

Som er naturlig for en prestekandidat binder troslivet arbeidsliv og fritid sammen. Om jeg ikke leser teologi, spiller jeg kanskje brettspill med familien (min kone og datter i 5. klasse), er ute i Østmarka for å se på fugler, eller klimprer på instrumenter hjemme på kontoret. Jeg har tidligere jobbet både som fotograf og it-ansvarlig, og blir ofte omtalt som "nerd" av de som kjenner meg.

Jeg stortrives i rollen som kapellan hvor jeg får møte mennesker i livets mange faser, og fp bruke både meg selv og den kompetansen vi lærer som prestestudenter. Det er et stort privilegium å få være med å legge tilrette for gudstjenester og menighetsliv. Jeg gleder meg til å møte og bli kjent med Helgerud menighet.”

Sandvika sang igjen

Høstregnet hølja ned og inne i varmen satt en god gjeng sanglade mennesker i alderen 8-85år. Det ble det full allsang til Grand prix -låter, salmer og andre gode slagere. Suksessen vil bli gjentatt, følg med når ny dato kommer.



Utdeling av seksårsbok

Små og store er invitert til gudstjeneste 12. oktober, men alle seksåringer er spesielt invitert! Vi deler ut seksårsbok til alle som har lyst på, og i år har vi en riktig godbit.

Vi har valgt å gi seksåringene "Oskar og eg" av Maria Parr. Den handler om søskenparet Oskar og Ida og hverdagslivet deres. Boken fikk Brageprisen i 2023, og egner seg like godt til voksne som til barn.

Hoppetitten er også med og synger i gudstjenesten, og etterpå er det selvfølgelig kaker og saft!

Det sendes invitasjon til alle seksåringer i sognet som er medlem i Den norske kirke, men det er åpent for alle som vil komme, medlem eller ei. Så tips gjerne en nabo eller klassekamerat!

Vi vil gjerne skrive en liten hilsen i boken, så det er fint om de som tenker å komme melder seg på via helgerud-menighet.no



Barnebruktøysalget

Velkommen til høstens store Barnebruktøysalg i Helgerud kirke, lørdag 18. oktober kl. 09-13. Trenger barna dine eller noen du kjenner nye sko, utedresser, ull, støvler, leker 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. Her får du kjøpt masse pene brukte barneklær og utstyr til barn i alderen 0-14 år.

Gjør som mange andre; kom med venner og familie, gjerne med en stor IKEA pose og gjør utrolig mange flotte kupp! Overskuddet går til barne- og ungdomsarbeid.



Diakoniens dag og kirkelunsj

I høst feirer vi diakoniens dag søndag 26. oktober. Diakoniutvalget ønsker å gi denne søndagen et internasjonalt preg og inviterer til en flerkulturell kirkelunsj.

Vi håper at vi kan servere matretter fra ulike steder i verden og tar gjerne imot bidrag. Ta kontakt med Martine Semb (98267821) dersom du har lyst til å ta med noe godt.



Foto: Pexel

Vær med å be for...

- De som kjenner på sorg og savn
- De forfulgte kristne
- NMS sitt arbeid i Thailand
- Barn og voksne som lever i land med uroligheter og krig
- Klimaet

Allehelgen

Når novembermørket lukker seg rundt oss, er det tid for å tenne lys. Allehelgenssøndag er alltid første søndag i november. Da feirer vi både alle kirkens helgener, og vi minnes de av våre kjære som er døde. I Helgerud markeres Allehelgen på flere måter. Fra slutten av oktober settes det opp en minne- og bønnevegg utenfor kirken. Der kan du knytte en stoffremse til veggen til minne om en du er glad i eller som en bønn for noen som trenger omsorg.

Søndag 2. november markeres Allehelgensdag i alle landets kirker. I gudstjenesten i Helgerud vil det være et lys tent for hver enkelt i vår menighet som har blitt gravlagt det siste året. Lysene vil stå i alterringen, som et uttrykk for at vi er et fellesskap som strekker seg inn i evigheten. Det vil også være dåp og søndagsskole denne dagen. I både Bryn og Tanum menighet arrangeres det Kranseverksted. For mer info, sjekk menighetenes hjemmeside.

Chopin-matiné med stjernepianist i Tanum kirke

Christian Grøvlen spiller Chopins preludier i middelalderkirken søndag 28/9.

Christian Grøvlen er prisbelønt klassisk pianist og dessuten kunstnerisk sjef for Troidhaugen i Bergen. Han kommer tilbake til Tanum kirke 28. september kl. 14, og skal gi oss en matinékoncert med Chopins fantastiske preludier og et eget nyskrevet verk.

Vi gleder oss til å ønske ham velkommen! Billetter selges i døra - pris 300,- / 150,- (student/honnør).

Adventsmarked

22. november blir det adventsmarked i Helgerud kirke. Vi håper så mange som mulig har lyst til å bidra, enten ved å ta ansvar for 'stasjoner', bidrag til basaren, småkaker og div. for salg, kaker til kakelotteriet eller kafeen. I tillegg til alt det gamle gode prøver vi også å få til noe nytt. Mer info kommer etter hvert.



Stille kveld med labyrintvandring

Labyrinten er et gammelt symbol som har vært brukt i kristen tradisjon helt fra 300-tallet. Labyrintens form er inspirert av naturens mønstre som vi finner i sneglens hus, i galaksenes enorme virvler og i vårt eget fingeravtrykk. Du kan ta med hele livet ditt inn i labyrinten, for den er et symbol på livet selv. Labyrintvandringen gir rom for bevegelse og ro, for bønn og for et møte med det evige. Den kan minne oss om at vi ikke går alene. Mandag 3. november kl 18 - 21 inviterer vi igjen til labyrintvandring i Helgerud kirke. Bli med å gå sammen med oss! Ta gjerne med noen myke sko eller varme sokker å gå i, og en varm genser. Det blir servert kaffe/te, nøtter og frukt. Velkommen!

Meld deg på til Birte påepost birteidsoa@gmail.com

Birte kan også kontaktes pr telefon 48239686 for spørsmål

Chorus Felix og Norske Kammersangere

Sammen med dirigent Henri Raeck, ønsker de velkommen til høstkoncert i Helgerud kirke søndag 19.10.2025 kl 18:00. Kveldens hovedverk er Requiem av Gabriel Fauré, som er viden kjent som noe av det vakreste i klassisk musikkhistorie. Requiem er en «dødsmesse», men Fauré var mer opptatt av overgangen til evig liv og evig hvile. Konserten har derfor fått undertittel «Evig hvile». Programmet inkluderer også verker av Henry Purcell, Heinrich Schütz, Johann Christoph Bach og Louis Vierne, som alle belyser de samme temaene. Korene har med seg tre unge flotte solister, William Fielding på orgel, sopranen Amélie Boubli og barytonen Filip Eshetu Steinland.

Bake til fryseren?

Kunne du tenkt deg å bake litt ekstra? Vi kunne gjerne tenkt oss et lite back-up lager av kaker og boller i fryseren, slik at vi har ekstra til store kirkekaffer. Vi ønsker oss gjerne noen kaker som er gluten- og eggfrie, slik at alle som vil kan få kake. Merk gjerne kaken med dato og allergener.

Vil du bli leder?

Nå starter vi opp lederkurs for ungdom.

Det er både gøy, utfordrende og sosialt å være leder. Som frivillig ungdom i menigheten får du være med å lage konfirmantleir, aktiviteter for barn, og å være leder på selve arrangementene. For å bli leder må du gå et kort lederkurs, og nå starter vi snart opp nytt kurs.

Når kurset er ferdig, får du kursbevis og kan være leder i menighetens barne- og ungdomsarbeid. Det er også veldig nyttig å ha frivillig arbeid på CV-en når du skal søke din første jobb og ikke har annen arbeidserfaring å vise til.

Vi håper du har lyst til å bli med i ledergjengen vår. For mer info og påmelding, se helgerud-menighet.no.

NMS: Lovsangshjemmet

Lovsangshjemmet (Home of Praise) barnehage ligger under en motorvei i Klong Toey, som er et av de fattigste områdene i Bangkok. Barnehagen er åpen for barn i alderen seks måneder til fire år.

Barna som går i barnehagen kommer fra fattige familier som har mange sosiale utfordringer. På Lovsangshjemmet får barna omsorg og kjærlighet, mulighet til å leke i et læringsvennlig miljø, sunn mat og tid til hvile.

(Tekst hentet fra nms.no)

Helgerud menighet har sitt misjonsengasjement i NMS Thailand. Gi gjerne en gave til prosjektene NMS driver:

Bli fast giver via nettsiden nms.no, eller gi en enkeltgave til Vippsnr. 10932, eller 300 kroner ved å SMS sendes til 2002 med teksten NMS GAVE.

Velkommen til TIRSDAGSMIDDAG OG KOR



16:30 Middag til alle i alle aldre
50kr, maks 150kr. per familie

17:15 Minihopp, 1-5 år
Hoppetitten, 1.-4.klasse



DEN NORSKE KIRKE

Til deg som har mistet en som stod deg nær



Menighetene i Bærum tilbyr sorggrupper

Det kan være vanskelig å komme seg gjennom sorg på egenhånd. Gode venner og familie kan være verdifull hjelp, men mange kan også ha behov for og glede av å snakke med noen som ikke står en så nær.

En sorggruppe består av 4-8 personer i lignende livssituasjon som møtes regelmessig over en periode. Den ledes av diakoner fra menighetene i Bærum. Sorggruppene fylles opp fortløpende, men vi prøver å starte nye grupper ved forespørsel.

Menighetene tilbyr også individuelle samtaler til de som ønsker det, hos diakon eller prest. Kontakt din menighet for avtale om samtale.

Tilbud om sorggrupper i Bærum

Sorggruppe for de som har mistet sin livspartner

Kontaktperson: Marianne Følling
E-post: mf873@kirken.no
Tlf: 982 67 805

Sorggruppe ved samlivsbrudd

Kontakt på nettsiden:
www.sorgvedsamlivsbrudd.no

Sorgstøttetilbud for ungdom

Kontaktperson: Martine Hasseleid Semb
E-post: ms782@kirken.no
Tlf: 982 67 821

Åpen sorggruppe i Nordberg kirke

Kontaktperson: Marianne Følling
E-post: mf873@kirken.no
Tlf: 982 67 805

Er du interessert i å delta i en sorggruppe?
Eller vil du vite mer om hva en sorggruppe innebærer?

Velkommen til informasjonsmøte om sorggrupper for deg som har mistet livspartner, onsdag 15. oktober kl. 17:30-19:00 i Jar menighetshus (Wedel Jarlsbergs vei 20).

På møtet vil vi snakke om: Plan for sorggrupper i Bærum, hvordan en samling ser ut og kort om sorgprosessen. Møtet er helt uforpliktende.



DEN NORSKE KIRKE

Kirkevenn

Å snakke sammen med andre, enten over en kopp kaffe eller mens man går tur, kan være hyggelig, meningsfylt og helsefremmende.

"Kirkevenn" er en sosialt tilbud for deg som ønsker å få besøk eller gå på besøk.

Les mer om tilbudet på helgerud-menighet.no eller kontakt diakon Martine Semb (98267821)

Åpent hus

Formiddagstreff hver onsdag kl. 11

Program for oktober:

01.10 Lasse Moer: "Junia saken". En fremragende apostel.

08.10 Sindre Eide: "Mitt Afrika, krydret ned sang og fortellinger om mennesker jeg har møtt"

15.10 Tidligere sogneprest Ånund Hardang. "Vi drar på LoppHAVet".

22.10 Barnehagen synger for oss.

Didi Anita Stig og Binji Waldahl leser dikt.

29.10 Gunnar Næsheim kommer på besøk og deler sine tanker med oss.