

# FRÉTTABRÉF

ÍSLENSKA SAFNAÐARINS Í NOREGI

JÚNÍ  
2020





Fréttabréf Íslenska safnaðarins í Noregi

Forsíðumynd: „Stuðningur“ úr myndaseríunni  
Nýtt Upphaf sem nú hangir á Elo hárkunst.  
Freydís Heiðarsdóttir / FreydisFoto

Ritstjóri fréttabréfs: Freydís Heiðarsdóttir  
Ábyrgðarmaður: Katla Sveinbjörnsdóttir  
Umbrot og útlit: Berglind Gunnarsdóttir  
Prófarkalestur: Atli Steinn Guðmundsson

Fréttabréfið er sent út til áskrifenda í tölvupósti.

Fréttabréfið er einnig birt á heimasíðu Íslenska  
safnaðarins í Noregi og þar er einnig hægt að  
skrá sig til að fá það sent.

*Hægt er að senda inn efni í blaðið en ritstjóri  
áskilur sér rétt til þess að breyta og lagfæra  
innsent efni.*



## Gleðilega þjóðhátíð kæru Íslendingar í Noregi!

17. júní er runninn upp og íslenski fáninn blaktir við hún í huganum. Blái liturinn sem táknar hafið og himininn, hvíti liturinn sem minnir á jöklana okkar og rauði litur eldfjallanna – einkenni landsins okkar sem við elskum og söknum suma daga meira en aðra. Og ljóðlínur þjóðsöngsins söngla í höfðinu á mér – ó Guð vors lands, ó lands vors Guð, vér lofum þitt heilaga, heilaga nafn...

En hafa þessi orð einhverja merkingu fyrir okkur í dag? Er landið okkar á einhvern hátt Guðs land í okkar huga? Finnum við Guð í náttúrunni, í fjöllum og jöklunum, svarta sandinum og þokunni? Eða er kannski ekkert heilagt lengur? Ég held að heilagleikinn sé okkur svolítið framandi í dag. Við kunnum ekkert sérstaklega vel að taka eftir því sem er okkur heilagt eða gefa því rými í lífi okkar. Um hvað hugsar þú þegar orðið heilagur er nefnt? Hvað er heilagt fyrir þér? Fyrir mér er það t.d. fífill sem brýst í gegnum malbikið, stórkostleg fjallasýn á góðviðrisdegi eða stjörnuþjartur himinn í næturfrostri. En það er ekki bara í náttúrunni þar sem þessi óræði og magnaði máttur, sem ég kann ekki nefna öðru nafni en Guð, birtist. Ég upplifi heilagleikann í sinni hreinustu mynd þegar ég fæ að

hitta nýfætt barn – það er bara hin fullkomna návist heilagleikans fyrir mér. Og það er svo góð áminning um að ég og þú, og hvert einasta mannsbarn hefur verið návist Guðs í heiminum – að hvert einasta mannlíf er heilagt og dýrmætt og hluti af Guðs góðu sköpun. Heilagleikinn er tilfinning sem minnir mann á að það er eitthvað æðra til í lífinu, eitthvað heilagt og að það tengist þér. Tilfinningin fyrir að vera bara agnarsmátt en dýrmætt sandkorn í stóra samhenginu er svo ljóslifandi í orðum Matthíasar Johannessen.

Óendanlega smátt er sandkornið á ströndinni. Óendanlega stór er kærleikur þinn. Ég er sandkorn á ströndinni, kærleikur þinn hafið. (6)

Heilagleikatilfinningin er samofin þakklæti og auðmýkt og þegar maður gefur sér tíma til að tengjast stóra samhenginu finnur maður að það að vera agnarsmár er yfrið nóg. Þegar við vöknum til vitundarinnar um að Guð býr í hverjum andardrætti sem við tökum, í hverju sólarlagi og fuglasöng, þegar augun opnast fyrir því að meira að segja hrossafluga er hluti af einhverju mögnuðu sem Guð gefur, þá náum við að tengja við eitthvað gott, eitthvað æðra – eitthvað heilagt – sem gefur okkur svo styrk og von þegar á reynir. Guð sagði við Móse – „Drag skó þína af fótum þér, því að sá staður, er þú stendur á, er heilög jörð“ Hér og nú, hvar sem við erum stödd núna, þar er heilög jörð, þar er Guð nálægur.

Og í huganum þakka ég fyrir náttúru Íslands – náttúruna sem ég elska, þrátt fyrir að vera borgarbarn, stundirnar sem ég hef átt ein með hrossagaukunum og flugnasuðinu, gönguferðirnar um stórbrotið landslag sem sprengir skilningarvitin. Náttúruna sem hefur svo oft gefið mér tengingu við stóra samhengið – tilfinningu fyrir Guði og návist hans. Um leið bið ég, fáum við að finna gróanda í samfélaginu, að sumarið gefi okkur tækifæri til að jafna okkur eftir erfiðan vetur, og að samheldni, kærleikur og mannvirðing eflist og vaxi.

Guð gefi okkur öllum gleðilegt og græðandi sumar, andrými fyrir eitthvað heilagt í lífinu, heiðarleika gagnvart því hver við erum og virðingu fyrir hverju einasta mansbarni í samfélaginu okkar!



## Íslenskt góðgæti í Kolbotn

Margir Íslendingar sem flytja til Noregs sakna íslenskrar matarmenningar. Sumir taka þá upp á því að flytja inn ýmsar matvörur sem þeir sakna, t.d. steipta osta, lakkrís og Ora baunir svo eitthvað sé nefnt. En sumar matvörur eru þannig gerðar að erfitt er að flytja þær á milli í ferðatöskum því enginn vill hafa ferskan fisk eða kramið sætabrauð innan um fötin sín.

Í Kolbotn, rétt sunnan við Ósló, býr Gulla Jóhannesdóttir ásamt fjölskyldunni sinni. Fjölskyldan hefur búið í Noregi í rúmlega 20 ár og saman reka þau nú bakarí og fiskbúð í Kolbotn, Ski og á Lambertseter í Ósló.



„Þetta eru pabbi og mamma og svo erum við sex systkinin, við búum öll hér, nema einn bróðir minn býr á Íslandi. Annars komum við öll að þessum rekstri á einhvern hátt,“ segir Gulla.

En hvernig datt þeim í hug að opna fiskbúð og bakarí? Gulla segir að þegar hún fluttist aftur til Íslands árið 2005 hafi hún kynnst fiski í marineringu. „Þetta var bara frábær kostur, að geta farið í fiskbúð, keypt fisk og skellt honum beint í ofninn, kortéri seinna er maturinn bara tilbúinn. Svona var bara ekki til í Noregi.“

Fjölskyldan fluttist aftur út til Noregs í lok árs 2009 og árið 2012 byrjuðu þau að undirbúa opnun á fiskbúð. Eftir mikla ígrundun opnuðu þau Fiskehuset í Kolbotn sem er staðsett í göngufæri við lestarstöðina. Norðmenn tóku fiskbúðinni fagnandi strax við opnun og var greinilega markaður fyrir marineraðan fisk. „Við fáum inn nýjan fisk sex sinnum í viku, þannig að við bjóðum alltaf upp á hágæða, ferskan fisk.“ Í fiskborðinu má sjá fjöldann allan af marineruðum fiski, fiskibollur, skelfisk, salöt, skötusel, lúðu, lax, þorsk og margt fleira. „Neysla á fiski fer stöðugt niður á við í Noregi. Þetta er kannski það sem þarf til að auka fiskneyslu í landinu. Bjóða upp á næsum því tilbúna fiskrétti sem eru tilbúnir eftir kortér í ofninum.“ Gulla borðar mikinn fisk sjálf og segir úrvalið það mikið í Fiskehuset að maður geti ekki fengið nóg af honum.

-framh.





Í ágúst 2018 opnaði fjölskyldan bakarí í næsta bili við hliðina á fiskbúðinni. Gulla segir að Norðmennirnir hafi tekið íslenska bakkelsinu vel. Í bakaríinu eru steiktar kleinur, bakaðir súkkulaði- og karamellusnúðar. Þau eru með vinarbrauð, ostaslaufur, tertur, rúgbrauð og alls konar heimilisbrauð, svo eitthvað tsé nefnt.

Framtíðin lítur vel út hjá fjölskyldunni. „Við opnuðum fiskbúð á Lambertseter rétt fyrir jól og núna 1. febrúar opnuðum við fiskbúð og bakarí í Ski. Í lok júní ætlum við að svo að opna kaffihús í Ski.“

Gulla segir að margir Íslendingar geri sér leið til Kolbotn til að kaupa ýsu, snúða og aðrar vörur. „Já við erum að fá Íslendinga sem keyra langar vegalengdir. Frá Fredriksstad og Drammen og alls staðar þar á milli. Það er alltaf yndislegt að hitta Íslendinga.“ Gulla bendir á að það sé hægt að senda skilaboð á Facebook eða hringja á undan sér ef fólk er að koma langt að. „Við tökum bara frá fyrir fólk svo það keyri ekki langar vegalengdir og mæti í tóma búðina.“ Einnig er í boði að panta fyrir veislur og aðra stóra viðburði.

-Freydís



# Ólafíusjóður -sjálfseignarstofnun

Á nýafstöðnum aðalfundi safnaðarins 3. maí var samþykkt að skilja Ólafíusjóð frá Íslenska söfnuðinum og gera hann að sjálfseignarstofnun. Ólafíusjóður er hjálparjóður fyrir nauðstadda Íslendinga í Noregi.

Hann er nefndur í höfuðið á trúkonunni Ólafíu Jóhannsdóttur sem var brautryðjandi í hjálparstarfi á sinni tíð, og starfaði meðal þeirra sem minnst máttu sín í Ósló upp úr aldamótunum 1900.

Ólafíusjóður er því nú sjálfseignarstofnun rekin af Íslenska söfnuðinum sem jafnframt er aðalstyrktar aðili sjóðsins.

Á stofnfundi sjóðsins 3. maí voru eftirtaldir aðilar valdir til stjórnarsetu:

Rannveig María Gísladóttir, formaður, tilnefnd af stjórn Íslenska safnaðarins

Steinn Þórðardóttir, varaformaður

Ágústa María Arnardóttir Figved, gjaldkeri

Guðbjörg Magnúsdóttir, ritari

Guðrún Elín Svansdóttir, meðstjórnandi

Sr. Inga Harðardóttir er starfsmaður sjóðsins, situr fundi og fylgir eftir umsóknum sem berast.

Hafa má samband við Ingu á [prestur@kirkjan.no](mailto:prestur@kirkjan.no).

Hægt er að sækja um styrki í Ólafíusjóð með því að fylla út umsókn á heimasíðu safnaðarins.

Einnig er hægt að senda umsóknir með tölvupósti merktar trúnaðarmál á netfangið:

[olafiusjodur@kirkjan.no](mailto:olafiusjodur@kirkjan.no).

Hægt er að leggja frjáls framlög í Ólafíusjóð

Reikningsnúmer: 1506 30 91135

Vipps: 580447

Framlög eru frádráttarbær frá skatti

vipps

Ólafíusjóður  
Styrktarreikningur



# Aðalfundur 2020

Aðalfundur Íslenska safnaðarins var haldinn 3. maí. Að þessu sinni var fundurinn sendur út á netinu frá Ólafústofu þar sem enn var í gildi samkomubann og því ekki hægt að halda opinn fund.

Fundurinn gekk vonum framár og spurning hvort jafnvel verði framhald á því að senda fundinn út og þannig gera þeim kleift að taka þátt sem ekki eiga heimangengt.

Á dagskrá fundarins voru venjuleg aðalfundarstörf þar sem stjórn og prestur fluttu starfsskýrslur síðasta árs og fóru yfir stefnu stjórnar og safnaðarins. Þá voru einnig ársreikningar lagðir fram til samþykktar sem og fjárhagsáætlun komandi árs. Kosið var um þá sem sóttust eftir lausum sætum til stjórnasetu og er niðurstaðan sú að eftirtaldir aðilar sitja nú í stjórn Íslenska safnaðarins í Noregi:

Jónína Margrét Arnórsdóttir – formaður  
Katla Sveinbjörnsdóttir – varaformaður, tók sæti varaformanns í ágúst 2019 en er nú formlega kosin í stjórn

Ingvar Örn Ingólfsson – gjaldkeri

Björn Hallbeck – ritari

Elín Soffía Pilkington – meðstjórnandi, kosin ný í stjórn á aðalfundi

Í varastjórn sitja:

Guðrún Elín Svansdóttir

Sverrir Már Gunnarsson

Eyjólfur Magnússon

Guðjón Andri Rabbevåg Reynisson

Kolbrún Rut Ragnarsdóttir

Þá sitja jafnframt í laganefnd:

Þór Garðarsson

Björn Hallbeck

Rebekka Ingibjartsdóttir kemur ný inn á aðalfundi

Og í kjörnefnd sitja áfram:

Rannveig María Gísladóttir sem formaður

Gunnar Hólm

Sverrir Már Gunnarsson kosinn nýr inn á aðalfundi.

Ein tillaga barst fundinum og var það tillaga frá stjórn safnaðarins um að leggja niður menningar og listanefnd og í stað hennar verði ráðinn menningarfulltrúi safnaðarins í hlutastarf, sem sinni sömu skyldum og nefndin bar áður ábyrgð á.

Var sú tillaga samþykkt og hefur staðan nú þegar verið auglýst og ráðið í hana á næstu dögum ef allt gengur eftir.



Undanfarnar vikur hefur ungmennahittingur farið fram á netinu í gegnum Zoom. Krakkarnir hittast að jafnaði annan hvern föstudag kl 17. Þetta er tilvalið tækifæri fyrir íslenska unglunga, um land allt, til að vera með í hittingi og kynnst öðrum íslenskum unglingum.

Næsti hittingur er **föstudaginn 19. Júní** en þá ætlum við að hafa sumarhátíð í Frognerparken með grillpartý og kubb. Öll ungmenni frá 13 ára velkomin. Allar upplýsingar um fundina eru á facebook síðu hópsins:

„Ungmennahópur Íslensku Kirkjunnar í Osló“.

Við hlökkum til að sjá ykkur á Zoom og í eigin persónu. Addið okkur endilega á snap!

- *Rebekka og ungleiðtogar*



## Sumarbúðir Íslenska safnaðarins

Í sumar áttu að fara fram fyrstu sumarbúðir Íslenska safnaðarins í Noregi. Búið var að bóka aðstöðu í sumarbúðum KFUK og KFUM á Knattholmen í Sandefjord, í byrjun sumars og opna átti fyrir skráningu fyrir börn fædd 2007-2009.

Í lok apríl bárust okkur svo skilaboð um að aðstöðunni yrði haldið lokað í sumar. Þetta er vegna þess að ekki er hægt að tryggja að hægt sé að fylgja sóttvarnareglum frá yfirvöldum á staðnum. Meðal annars vegna reglna um veitingar og gistingu í svefnsölum. Ekki var hægt að bóka aðra aðstöðu með stuttum fyrirvara og þess vegna hefur sumarbúðunum verið frestað fram á næsta ár. Í staðinn verður hægt að skrá sig í útilegu helgina 7.-9. ágúst við Rokosjøen í Hamar, þar sem boðið verður upp á vandaða dagskrá fyrir alla aldurshópa.

Sjá nánari upplýsingar um útileguna í auglýsingu hér í blaðinu.



# FERMING

Vetrinum lauk á talsvert annan hátt en við var búist fyrir fermingarbörnin okkar. Það er þó jákvætt að stórum hluta fræðslunnar var lokið og við höfum getað nýtt okkur tæknina til að halda sambandi.

Við erum mjög glöð að geta staðfest, með þeirri vissu sem er í boði þessa dagana, að við munum bjóða upp á tvo fermingardaga á Íslandi í sumar, **28. júní og 9. ágúst, kl. 14 í Háteigskirkju.**

Einnig verður fermt 6. september kl. 15 í Sænsku Margareta kirkjunni í Osló.

Foreldrum og fermingarbörnum er frjálst að velja þá dagsetningu sem hentar best, en það verður líka í boði að hafa einkaathöfn á öðrum tíma eða jafnvel að fresta fermingunni um ár.

Varðandi fermingarferðina, sem hefur verið fastur liður í fræðslunni, þá vonumst við til að geta boðið upp á hana seinna í haust, hugsanlega í byrjun október, og þá jafnvel með fermingarbörnum næsta árs.

Upplýsingar um fermingarferðina verða sendar í tölvupósti til allra sem eru skráðir og þær verða einnig birtar í Facebookhóp.

Við höfum stofnað hóp á Facebook fyrir fermingabörn sem stefna á að fermast vorið 2021, undir nafninu:

**Fermingarfræðsla Íslenska safnaðarins í Noregi veturinn 2020-2021**

Við hvetjum alla foreldra til að sækja um aðgang að þeim hóp, fyrir upplýsingar og fleira.

## Ferming 2021

Skráning er hafin á heimasíðu safnaðarins: [www.kirkjan.no](http://www.kirkjan.no)

# UPPSKRIFTIR

## Hrökkbrauð í hollari kantinum

Samkomubannið virðist kalla fram ríka þörf hjá fólki til þess að baka. Bökunurvörur seljast í stórum stíl og eru myndir af nýbökuðum kræsingum daglegt brauð á samfélagsmiðlum. Uppskriftin að þessu sinni er í hollari kantinum.

2 dl möndlumjöl (ég hef keypt heilar möndlur og mulið þær í matvinnsluvél)  
3 dl fræ (ég blanda saman sólblómafræjum, graskersfræjum og sesamfræjum)  
1,5 dl rifinn ostur  
2 tsk. pizzakrydd  
1tsk. hvítlaukskrydd  
1 stk. egg  
1,5 msk. olía  
Sjávarsalt

Öllu nema saltinu er blandað saman í skál. Setjið blönduna á milli tveggja arka af bökunarpappír og fletjið út. Dreifið saltinu yfir og bakið við 180° í 10-15 mínútur, eða þar til osturinn verður gylltur. Takið kexið úr ofninum og skerið strax í teninga. Njótið vel!



## Hummus

Hummus er mauk, dýfa eða bragðmikill réttur sem er búinn til úr soðnum maukuðum kjúklingabaunum, tahini (þ.e. sesamsmjöri), sítrónusafa og hvítlauk. Hummus er upprunið í Mið-Austurlöndum og er mjög vinsælt um öll Mið-Austurlönd, í Tyrklandi, Norður-Afríku og almennt í miðausturlenskum mat um allan heim. Hummus inniheldur m.a. Omega 3-fitusýrur og járn ásamt amínósýrum sem geta haft góð áhrif á svefn og kætt lund.

- 1 dós kjúklingabaunir
- 3 msk. tahini
- Safi úr heilli sítrónu
- 2 hvítlauksrif
- 0,5 dl ólífuolía

Þetta er grunnurinn sem hægt er að leika sér með. Ég bætti svo við:

- Handfylli steinselja
- 1 tsk. papríkuduft
- 1 tsk. cummin
- Salt og pipar eftir smekk

Aðferð:

Skolið kjúklingabaunirnar og þerrið létt.

Maukið öll hráefnin í matvinnsluvél eða með töfrasprotu. Smakkið til og kryddið eftir þörfum.

Berið fram með nýbakaða hrökkbrauðinu eða grænmeti.

-Freydís





# ÚTILEGUFJÖR

ÍSLENSKA SAFNAÐARINS Í NOREGI  
Rokosjøen camping 7. - 9. ágúst 2020

## Föstudagur

Kl. 18 Kvöldmatur  
Kl. 20 Kvöldvaka  
Kl. 22 Lifandi tónlist  
og sykarpúðagrill

Rokosjøen Camping er rekið af Íslendingum og er staðsett mitt á milli Hamar og Lillehammer. Í ca. 1 og hálfis tíma akstursfjarlægð frá Ósló. Aðeins er greitt fyrir tjaldstæðið.

## Laugardagur

Kl. 09. Morgunleikfimi, sögustund og söngvar  
Kl. 10. Morgunmatur  
Kl. 11. Ratleikur fyrir stóra og smáa  
Kl. 12.30 Hádegishlé  
Kl. 14. Fótoltamót og fáránleikar  
Kl. 15. Gönguferð fyrir spræka og leikir fyrir sæta  
Kl. 16.30 Leitinn að gáfuðustu fjölskyldunni  
Kl. 17.15. Skemmtismiðja  
Kl. 18.30 Kvöldmatur  
Kl. 20. Hátiðarkvöldvaka  
Kl. 21.30. Brekkusöngur  
Kl. 23. Ungmennadagskrá

## Sunnudagur

Kl. 09.45 Morgunleikfimi  
Kl. 10. Morgunmatur  
Kl. 11. Helgistund og lokasamvera  
Kl. 12. Frágangur og heimferð

Ekki verður boðið upp á mat á svæðinu, vinsamlegast takið með ykkar eigin. Börn eru á ábyrgð sinna forráðamanna. Bátaleigan er á eigin ábyrgð. Neysla áfengis eða annarra vímuefna er óheimil.

Skráning fer fram á [www.kirkjan.no](http://www.kirkjan.no)



# Ljósmyndin

Sverrir Már Gunnarsson er rafvirki og áhugaljósmyndari, ættaður frá Akureyri. Hann býr nú ásamt konu sinni og börnum í Lillestrøm. Sverrir myndar mest á flygildi en hefur líka gaman af að mynda á myndavél. Sverrir, ásamt konu sinni, heldur uppi Facebook-síðunni [www.facebook.com/freydisfotograf](http://www.facebook.com/freydisfotograf). Myndin er tekin í Fetsund í lok maí og sýnir Fautøyja og Glomma, lengstu á í Noregi.