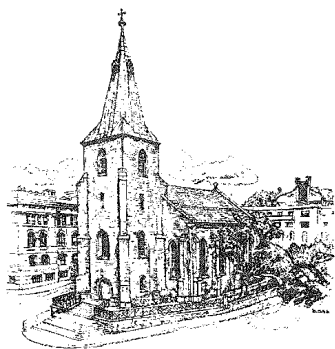




SØNDAGSBLADET

St. Olav katolske domkirkemenighet

23. august 2026

21. søndag i det alm. år

1 Jes 22,19-23 S Sal 138(137),1-2a.2bc-3.6+8bc 2 Rom 11,33-36
E Matt 16,13-20

VELKOMMEN TIL

KULTURDAG I ST. OLAV lørdag :5. september

Mat, underholdning, barneaktiviteter, sang, dans og musikk fra hele verden!



DIA CULTURAL EN SAN OLAV Sábado 5 de septiembre

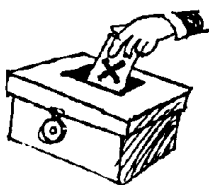
JOURNÉE CULTURELLE Samedi 5 septembre

CULTURE DAY Saturday 5th. of September

DZIEŃ KULTURY Sobota 5. września



MENIGHETSRÅDSVALG 2026



VALG: 13. SEPTEMBER – 4. OKTOBER 2026

Bli kjent med kandidatene og bruk stemmen din!

Info inne i bladet

Mandag 24. august 2026

ST. OLAV DOMKIRKE

- 08.00 Messe på norsk
- 10.30 Rosenkrans på norsk
- 11.00 Messe på norsk
- 17.00 Tilbedelse, skriftemål
- 18.00 Messe på norsk

Tirsdag 25. august 2026

ST. OLAV DOMKIRKE

- 08.00 Messe på norsk
- 10.30 Rosenkrans på norsk
- 11.00 Messe på norsk
- 17.00 Tilbedelse, skriftemål
- 18.00 Messe på norsk

ST. JOSEPH KIRKE

- 17.00 Tilbedelse og messe engelsk

Onsdag 26. august 2026

ST. OLAV DOMKIRKE

- 08.00 Messe på norsk
- 10.30 Rosenkrans på norsk
- 11.00 Messe på norsk
- 17.00 Tilbedelse, skriftemål
- 18.00 Messe på norsk

ST. JOSEPH KIRKE

- 18.00 Messe på spansk

Torsdag 27. august 2026

ST. OLAV DOMKIRKE

- 08.00 Messe på norsk
- 10.30 Rosenkrans på norsk
- 11.00 Messe på norsk
- 17.00 Tilbedelse, skriftemål
- 18.00 Messe på norsk

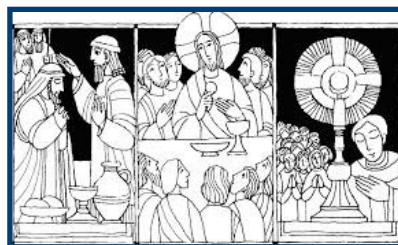
Fredag 28. august 2026

ST. OLAV DOMKIRKE

- 08.00 Messe på norsk
- 10.30 Rosenkrans på norsk
- 11.00 Messe på norsk
- 17.00 Tilbedelse og messe
- 18.00 Messe på norsk
- 19.00 Messe på polsk

ST. JOSEPH KIRKE

- 17.00 Rosenkrans tagalog
- 18.00 Messe tag.



Lørdag 29. august 2026

ST. OLAV DOMKIRKE

- 09.30 Rosenkrans på norsk
- 10.00 Messe på norsk
- 17.15 Tilbedelse, skriftemål
- 18.00 Messe på norsk
- 19:00 Messe på polsk

ST. JOSEPH KIRKE

- 08.45 Messe på vietnamesisk
- 16.30 Tilbedelse italiensk
- 17.00 Messe på italiensk

Søndag 30. august 2026

ST. OLAV DOMKIRKE

- 08.00 Messe på polsk
- 09.00 Rosenkrans på engelsk
- 09.30 Messe på engelsk
- 11.00 Høymesse
- 16.00 Messe på polsk
- 17.30 Rosenkrans på engelsk
- 18.00 Messe på engelsk
- 19.30 Messe på norsk

ST. JOSEPH KIRKE

- 08.00 Messe på spansk
- 09.30 Messe på norsk
- 11.00 Messe på kroatisk
- 12.30 Messe på spansk
- 16.00 Messe på fransk
- 18.00 Tradisjonell latinsk messe

Fast tid for skriftemål og sakramentstilbedelse

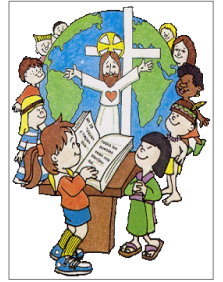
hverdager og lørdager
fra kl. 17.15 til 17.45
i St. Olav domkirke

KUNNGJØRINGER

Ordets liturgi for de minste barna (Evangelieforklaring) under høymessen er tilbake!

De som ønsker det skal følge etter ministranten som går med et skilt som det står «**Søndagskolen**» på.

Barna kommer tilbake til kirken under forbønner så de er klare til å gå med offergaver.



Velkommen til kirkekaffe!

I dag er det EMMAUS kvinnegruppen som organiserer kirkekaffen. Menighetssalen er åpen fra kl. 09.00 til kl. 14.30. Vennligst ikke bruk store sedler. Det er begrenset med vekslepenger. Du kan gjerne betale med VIPPS

Søster Ingrid Marie Nilsson CSJ fylte 100 år den 18. august!

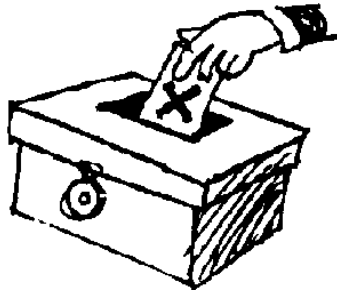
Hun trådte inn hos St. Josephsøstrene i 1947, og gjennom et langt og innholdsrikt liv har hun viet seg til tjeneste for Gud og mennesker. Hun har vært lærer, organist, kateket og medsøster og har alltid hatt et varmt engasjement for mennesker og Kirken. Gjennom årene har hun hatt opp-gaver i Oslo, Kristiansand, Fredrikstad og Porsgrunn, og har studert og reist til blant annet Frankrike, Tyskland, Roma, Israel og USA.



St. Olav domkirkemenighet gratulerer henne hjertelig med 100-årsdagen og takker henne for en trofast tjeneste i kirken, til berikelse for mange!

Du kan lese om feiringen på Grefsen på www.katolsk.no





MENIGHETSRÅDSVALG 2026

VALG: 13. SEPTEMBER – 4. OKTOBER 2026

Bli kjent med kandidatene og bruk stemmen din!

Menighetsrådsvalg i St. Olav domkirkemenighet

I år er det menighetsrådsvalg. Det vil foregå fra søndag 14. september og til og med søndag 4. oktober. Det vil ligge stemmesedler og stå valgbokser i St. Olav kirke, i St. Joseph kirke, i St. Dominikus kirke og i menighetslokalet.

Hvem kan stemme?

Man må være katolikk, over 16 år og konfirmert. Alle som føler tilhørighet til St. Olav domkirke menighet kan stemme, uansett om man er bosatt i en annen menighet. Stemmer du i St. Olav domkirkemenighet, kan du ikke stemme i en annen menighet.

Hvordan foregår valget?

Det ligger stemmesedler fremme hvor det er skrevet kort om hver kandidat og et bilde av kandidaten. Så skal man sette kryss på de man stemmer på. Man kan stemme på inntil 3 kandidater. Stemmesedlene legges i en konvolutt (den minste av de som ligger fremme) og denne konvolutten legges i den store konvolutten hvor man skriver navn og postnummer utenpå.

Har du gode råd å gi sognepresten?

Er du villig til å ta et tak for menigheten?

Her er kandidatene som har sagt JA til å stille:



Resurrecion Ong Esmeña Koksvik

Jeg har vært en del av St. Olav menighet i nesten 40år og har vært medlem av menighetsrådet i flere perioder. Gjennom årene har menigheten og menneskene her blitt en viktig del av mitt liv og min trosreise. Jeg kan bidra med erfaring innen organisering, samarbeid og ledelse, samt engasjement, struktur og gjennomføringsevne. Jeg ønsker å være en som lytter, bygger broer og får mennesker til å arbeide sammen mot et felles mål. Jeg mener særlig fellesskap og inkludering, barne- og ungefamilier, samt frivillighet og medansvar bør stå sentralt. St. Olavs mangfold er en stor rikdom. Jeg ønsker at vi ser «vi» før «oss og dem», og at alle katolikker føler seg hjemme i troen og får mulighet til å bidra.

Margareth Adaa



Jeg kommer fra Tanzania og har bodd i Norge siden 2005. St. Olav har vært min menighet siden jeg kom til Norge, og jeg har gjennom årene deltatt aktivt i ulike menighetsaktiviteter, særlig i den afrikansk-engelske pastorale gruppen. Jeg er utdannet ved Universitet i Oslo og Oslo-Met og arbeider med IKT i Statens pensjonskasse. Jeg ønsker å bidra med min erfaring, mitt engasjement og min flerkulturelle bakgrunn i menighetsrådet. Jeg ønsker særlig å bidra til et inkluderende menighetsfellesskap, godt samarbeid mellom ulike språk- og kulturgrupper og et levende trosliv for barn, unge og voksne. Jeg ønsker å støtte sognepresten i det pastorale arbeidet og bidra til at alle opplever St. Olav som én samlet katolsk menighet.

Minerva (Mimi) Vasquez

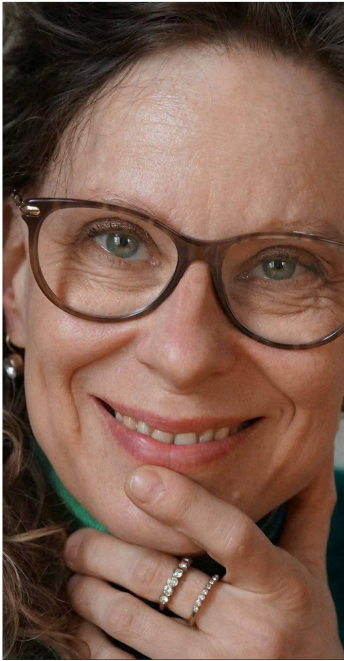


Jeg flyttet med familien til Norge i 1972 og har vært aktiv i Kirken i mange år. Jeg er for tiden fungerende leder og kasserer i Mariaforeningen, er aktiv i Kontaktklubben i St. Hallvard og har tidligere vært både leder og nestleder i OLMC. De siste årene har jeg hjulpet til med mange oppgaver i kirken: kirkevert, ekstra kommuniionsutdeler, lektor og sakristanoppgaver. Jeg leder også rosenkrans og Divine Mercy. Jeg behersker filippinsk, engelsk, norsk og spansk. Ved siden av menighetsarbeidet har jeg 45 års erfaring fra bankvesenet. Jeg ønsker å bidra med erfaring fra foreningsarbeid og yrkesliv, skape vennskap mellom mennesker og arbeide for større enhet og forståelse på tvers av språk og kulturer. Jeg ønsker å tjene kirken i stillhet og verdighet.

Lisa McFadden



Jeg begynte å ministrere i St. Olav rundt 2001 og har siden vært aktiv i menigheten. Jeg har også vært kateket i St. Olav i mange år. I dag hjelper jeg blant annet til som kirkevert, sakristan, lektor og kommuniionsutdeler. Når jeg ikke er i St. Olav, er jeg frivillig i resepsjonen hos søstrene på Sta. Katarinahjemmet. Jeg har tidligere sittet i menighetsrådet i St. Hallvard. Som utdannet barne- og ungdomsarbeider har jeg lang erfaring med barn, også barn med spesielle og ekstra behov. Jeg kjenner menigheten godt fra innsiden og ønsker å bidra enda mer. Jeg mener det er viktig å se nye medlemmer, styrke arbeidet for barn og skape en større enhetsfølelse på tvers av språkgruppene. Jeg ønsker å være tilgjengelig for mennesker fra de ulike gruppene og bringe deres tanker videre til menighetsrådet.



Päivi Laakso

Jeg går fast på St. Olav og har noen oppgaver allerede: jeg er lektor på fredager og søndagskveld og leder Den guddommelige barmhjertighetsrosenkrans på fredager. Jeger opprinnelig fra Finland, har bodd fast i Norge siden 1990 og ble katolikk i 2001. Jeg ønsker å bidra til det åndelige, sosiale og kulturelle mangfold og stiller derfor som kandidat til menighetsrådet. I vår menighet er det mange ulike arrangementer, feiringer og sosiale tiltak for ulike aldergrupper og nasjonaliteter. Disse er viktige å følge opp. Jeg er spesielt opptatt av Den guddommelige barmhjertighet og ønsker å styrke denne andakten i menigheten, blant annet med en Divine Mercy Chaplet-gruppe på norsk.



Huyen Ngoc Nguyen

Jeg er engasjert i menighetens arbeid, med særlig interesse for ungdomsarbeid og mangfold.

Jeg er opptatt av at menigheten skal være inkluderende og ha rom for mennesker med ulik alder, bakgrunn og livssituasjon. Jeg ønsker å bidra til at St. Olav fortsetter å være en menighet hvor mennesker blir sett, finner tilhørighet og kan vokse i tro og felleskap



Pål de Vibe

Jeg har vært katolikk i over 10 år og arbeider som AI-ingeniør. Min kone Tatiana og jeg er aktive i flere grupper og aktiviteter i menigheten, blant annet den spansktalende gruppen, internasjonal rosenkrans, Levende julekrybbe og Emmaus. Jeg har erfaring med å arrangere forskjellige aktiviteter og grupper i Kirken, og kan blant annet bidra med god IT-kompetanse. Jeg ønsker å fortsette å bygge en stadig større, men også mer sammenknyttet og forent menighet, i all sin rikdom og mangfold. Det er viktig å ta god imot nye katolikker, hjelpe mennesker til å vokse i troen og bygge en kultur der vi virkelig hjelper hverandre.

"Vil du vokse i hengivenhet til den hellige erkeengelen Mikael?"



Erkeengelen Mikael,
ikon fra 1300-tallet fra
Katarinaklosteret i Sinai.

Vi er en gjeng som skal gjennomføre Mikkelsfasten sammen i St. Olav menighet denne høsten. Fasten varer fra høytiden for Marias opptagelse i himmelen (16. august) til Mikkelsmesse 29. september.

Vi møtes hver mandag etter messen kl. 18 utenfor St. Olav domkirke og vi går sammen til lokalet for å be og brygge øl sammen, samt støtte hverandre i fasten.

Er du mann over 18 år og har lyst til å være med, send meg en melding på 92961016".

Velkommen til katekese i St. Olav menighet, Oslo

Vårt mål med katekesen er at BARN & UNGE gjennom undervisning, liturgi, lek og moro i fellesskapet med andre katolske barn, skal få mer kunnskap om troen, om Gud og Kirken.

Med katekesen (undervisning i katolsk tro og liv) ønsker menigheten å bistå foreldre i å oppdra barna i troen.

**St. Olav menigheten tilbyr katekese for alle barn
mellom fra 2. - 9. klasse.**

Registrerings frist for katekeseåret 2026-2027 er 15.08.2026

**Forberedelse til førstekommunion og
konfirmasjon**

er registreringsfristen 01.09.2026.

**For mere informasjon om kursene og
for å registrere gå til:**

www.stolavmenighet.info/katekese





Bønnegruppe LUMEN

Bønnegruppa Lumen har møte **tirsdag 25. august kl. 18:45-20:30**. Vi møtes i ungdomslokalet, Akersveien 1.
Alle interesserte er velkommen!

Ekteskapsforberedelseskurs på norsk



Ønsker du å gifte deg i St. Olav kirke?

Ta kontakt med menighetskontoret for å reservere tid i kirken.

I den katolske kirke skal par som ønsker å gifte seg, delta i et ekteskapskurs i forkant av vielsen.

Det neste kurset på norsk begynner høsten 2026. Datoene for kurset er ennå ikke bestemt, men du kan melde deg på ved å benytte vårt digitale påmeldingsskjema som du finner i www.stolavmenighet.info/ekteskapskurs

Kursavgift er kr. 500,- og kan betales enten til VIPPS-nummer 19032 eller bankkonto 3000.32.00813. Kursavgiften dekker enkel bevertning og kursheftet *Kjærlighet for livet*. Det er ønskelig at man leser igjennom kapittel 1 og 3 i heftet før kursstart. Heftet kan hentes på Menighetskontoret i Akersveien 14. Kontoret holder åpent tirsdag – fredag, klokken 0900-1500, unntatt tirsdager hvor kontoret holder åpent 0900-1200 og 1330-1500.

Marriage Preparation in English

Are you getting married soon? In the Catholic Church couples need to take a marriage preparation course before the wedding. We organize these courses also in English. Course fee: 500 kr. per couple

Please contact Fr. Oddvar Moi for more information:
oddvar.moi@katolsk.no



*Marriage
Preparation*

Kurs i katolsk tro og kristenliv i St. Olav domkirkemenighet

Ønsker du å lære mer om Den katolske kirkes tro, liv og lære?

Kurset er et tilbud til alle som er interessert i å lære om den katolske tro, særlig utformet for ikke-katolikker som vurderer å konvertere til Den katolske kirke, men også for andre som er interessert i katolsk tro.

Kurset går over ett kalenderår fordelt på to semester.

Vi åpner for nye deltakere i september og januar.

Troskurs Høsten 2026

Sted: Menighetssalen i Akersveien 5 (inngang fra gaten).

Tid: Tirsdager ca 18.45 – 20.30 (vi starter med kveldsmesse kl. 18)

Kursansvarlige:

diakon Sindre-Jacob Bostad (sindre.bostad@katolsk.no) Tlf.: 905 42 238

og p. Oddvar Moi (oddvar.moi@katolsk.no) Tlf.: 958 83 336

For å lese programmet og melde seg på kurset gå til:

www.stolavmenighet.info/kurs/troskurs

Om man ønsker å bli opptatt i Den katolske kirkes fulle fellesskap, er det viktig (så tidlig som mulig) å begynne å delta regelmessig i søndagsmesse-
ne, og gjerne også på noen hverdagsmesser.

Det er også viktig å lese Kompendium til Den katolske kirkes katekisme før
hver undervisningstime (les avsnitt som er oppført til hver time).

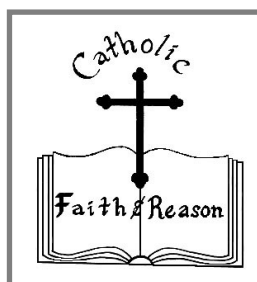
Kompendiet kan kjøpes i St. Olav bokhandel og er også tilgjengelig
på katolsk.no og i appen Katekismen.

Den (store) Katolske Kirkes Katekisme (1992), kan også leses på nett og i
app, eller kjøpes i bokhandelen

YOUCAT ungdomskatekisme er også nyttig, den kan kjøpes i bokhandelen.

Boken Sycamore kan kjøpes i bokhandelen og filmene er tilgjengelige på
nett - www.katolsk.no/tro/sycamore

Boken Katolisisme av biskop Robert Barron kan kjøpes i bokhandelen.



OKB SØKER DIGITAL INNHOLDS-PRODUSENT

Oslo katolske bispedømme søker digital innholds-produsent og medie-utvikler for evangelisering i 50%-prosjektstilling. OKB igangsetter et toårig prøveprosjekt for å styrke sitt nærvær i det digitale rom.

Ved å utvikle et bredt tilbud av daglige refleksjoner, podkaster, videoer, troskurs og annet innhold, er målet å gjøre den katolske tro tilgjengelig for mennesker i ulike livssituasjoner.

Som digital innholdsprodusent i 50 prosent stilling i Oslo katolske bispedømme får du mulighet til å evangelisere og lage spennende og viktig innhold.

Er dette noe for deg? Du kan lese mer informasjon her:

<https://www.katolsk.no/nyheter/2026/08/vi-soker-digital-innholdsprodusent-og-medieutvikler-evangelisering-i-50>

Sykesalvingens sakrament

Sykesalving skal vi be om så tidlig som mulig når vi er rammet av en alvorlig sykdom. I Bibelen står det: «Er det en som er syk, må han kalle til seg kirkens presbytere; de skal be over ham og salve ham med olje i Herrens navn. Da skal bønnen, bedt i tro, frelse den syke, og Herren skal reise ham opp igjen. Og er han skyldig i noen synd, skal den bli ham tilgitt. Så bekjenn deres synder for hverandre, og be for hverandre, for å bli friske» (Jak 5,14-16).

Dersom du ønsker at presten skal meddele sykesalvingens sakrament til deg eller noen du kjenner, kan du ta kontakt med menighetskontoret for å lage en avtale med presten.

**Ved behov for prest i akutt situasjon, livstruende sykdom eller ulykke vennligst kontakt en av menighetens prester.
Se kontaktinformasjonen på siste side**

SOGNEPREST:	P. Bjørn Tao Quoc Nguyen	tlf.: 951 08 097	tao.nguyen@katolsk.no
Kapellan (50%)	P. Oddvar Moi	tlf.: 958 83 336	oddvar.moi@katolsk.no
Nasjonalsjelesørger			
Polsk	P. Grzegorz Borski	tlf.: 413 56 146	grzegorz.borski@katolsk.no
Italiensk Afrikansk engelsktal.	P. Cornelius Onwuekwe	tlf.: 408 16 870	cornelius.onwuekwe@katolsk.no
Spansk	P. Joel Salas Tobon	tlf.: 459 78 056	joel.tobon@katolsk.no
Fransk	P. Charles Zondo	tlf.: 489 95 645	zondo@katolsk.no
Filippinsk	P. Johan Dumandan	tlf.: 474 74 176	johan.dumandan@katolsk.no
Kroatisk	P. Marinko Pervan	tlf.: 947 88 482	marinko.pervan@katolsk.no
Kaldeisk	P. Yousif Rooni	tlf. : 458 73 262	rooni.yousif@katolsk.no
Vietnamesisk	Mgr. Huynh Tan Hai	tlf.: 917 83 032	huyhn.tan.hai@katolsk.no
Diakon	D. Sindre Bostad	tlf.: 905 42 238	sindre.bostad@katolsk.no
Diakon	D. Patricio Quintana	tlf.: 402 42 145	patricio.quintana@katolsk.no
Menighetssekretær	Ketil Åsatun	tlf.: 229 82 165	ketil.aasatun@katolsk.no
Karitativ koordinator	Isabel Hillestad	tlf.: 229 82 176	isabel.hillestad@katolsk.no
Katekesekoordinator	Sr. Klara Ottersen	tlf.: 229 82 179	klara.ottersen@katolsk.no
Domorganist	Otto Chr. Odland	tlf.: 22 98 21 61	otto.christian.odland@katolsk.no
Domkantor	Vegar Olav Sandholt	tlf.: 22 98 21 67	vegar.sandholt@katolsk.no
Vaktmester	Francis Subramaniam	tlf.: 900 16 697	s.francis@katolsk.no
Rengjørings ansv.	Jimmy Ross	tlf.: 960 48 042	jimmy.ross@katolsk.no
Sakristan	Sr. Maria Hong	tlf.: 403 80 947	maria.hong@katolsk.no