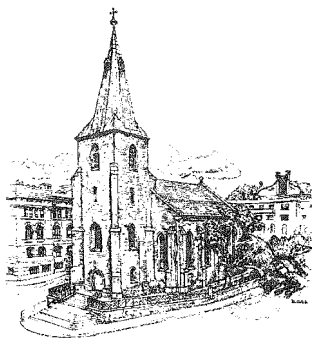




SØNDAGSBLADET

St. Olav katolske domkirkemenighet

5. Søndag i fastetiden

22 mars 2026

1 Esek 37,12b-14 **S** Sal 130(129),1-2.3-4ab.4c-6.7-8 **2** Rom 8,8-11

E Joh 11,1-45



*Resurrection Of Lazarus is a drawing by Gustave Dore - GRANGER
Historical Picture Archive which was uploaded on November 28th, 2019.*

NØDTELEFON

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

Se kontaktinformasjonen bak heftet

Mandag 23. mars 2026

MENIGHETSSALEN

- 08.00 Messe på norsk
- 10.30 Rosenkrans på norsk
- 11.00 Messe på norsk
- 11.30 Rosenkrans på vietnamesisk

ST. OLAV DOMKIRKE

- 17.00 Tilbedelse og skriftemål
- 18.00 Messe på norsk

Tirsdag 24. mars 2026

MENIGHETSSALEN

- 08.00 Messe på norsk
- 10.30 Rosenkrans på norsk
- 11.00 Messe på norsk
- 11.30 Rosenkrans på vietnamesisk

ST. OLAV DOMKIRKE

- 17.00 Tilbedelse og skriftemål
- 18.00 Messe på norsk

ST. JOSEPH KIRKE

- 17.15 Korsvei og messe engelsk

Onsdag 25. mars 2026

Herrens bebudelse

MENIGHETSSALEN

- 08.00 Messe på norsk
- 10.30 Rosenkrans på norsk
- 11.00 Messe på norsk
- 11.30 Korsvei vietnamesisk

ST. OLAV DOMKIRKE

- 17.00 Tilbedelse og skriftemål
- 18.00 Pontifikalmesse

ST. JOSEPH KIRKE

- 17.00 Korsvei på fransk
- 18.00 Messe på spansk

Torsdag 26. mars 2025

ST. OLAV DOMKIRKE

MENIGHETSSALEN

- 08.00 Messe på norsk
- 10.30 Rosenkrans på norsk
- 11.00 Messe på norsk
- 11.30 Rosenkrans på vietnamesisk

ST. OLAV DOMKIRKE

- 17.00 Tilbedelse og skriftemål
- 18.00 Messe på norsk

ST. JOSEPH KIRKE

- 18.00 Korsvei på spansk

Fredag 27. mars 2025

MENIGHETSSALEN

- 08.00 Messe på norsk
- 10.30 Korsvei på norsk
- 11.00 Messe på norsk
- 11.30 Korsvei vietnamesisk

ST. OLAV DOMKIRKE

- 17.00 Korsvei og skriftemål
- 18.00 Messe på norsk
- 19.00 Korsvei og messe polsk

ST. JOSEPH KIRKE

- 17.00 Korsvei på tagalog
- 18.00 Messe på tagalog

Lørdag 28. mars 2025

ST. OLAV DOMKIRKE

- 09.30 Rosenkrans på norsk
- 10.00 Messe på norsk
- 17.00 Tilbedelse og skriftemål
- 18.00 Messe på norsk
- 19.00 Messe på polsk

ST. JOSEPH KIRKE

- 08.45 Messe på vietnamesisk
- 16.15 Korsvei på italiensk
- 17.00 Messe på italiensk

Søndag 29. mars 2025

PALMESØNDAG

ST. OLAV DOMKIRKE

- 08.00 Messe på polsk
- 09.00 Rosenkrans på engelsk
- 09.30 Messe på engelsk
- 10.30 Palmevelsignelse ved Vår Frelses Gravlund.
- 11.00 Pontifikalmesse
- 13.00 Messe på litauisk
- 14.30 Messe på polsk
- 16.00 Messe på polsk
- 17.30 Rosenkrans/skriftemål
- 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 Messe på tagalog



PALMESØNDAG
SØNDAG 29. MARS



*Palmevelsignelse kl. 10:30 ved Vår Frelzers Gravlund, Akersveien 22,
(lenger opp veien fra St. Olav kirke til høyre, ved dammen)
med påfølgende prosesjon til St. Olav domkirke*

Vennligst møtt opp i god tid før prosesjonen begynner!

MESSETIDER FOR PÅSKEN

Messtider for påsken finner du på www.stolavmenighet.info
eller i eget skriv



MASS SCHEDULES FOR EASTER

Mass schedules can be found on www.stolavmenighet.info
or on a separate sheet

KUNNGJØRINGER

***Fredag 27. mars er siste gang
vi bruker menighetssalen som kapell.***

Fra mandag 30. mars vil messene kl. 08:00 og kl. 11:00 i ukedagene blir igjen feiret i St. Olav domkirke.

Det blir ordets liturgi for de minste barna under høymessen!

Velkommen til kirkekaffe I Mariagården etter messen!

NB! Vi er tilbake i menighetssalen fra 29. mars!

I dag er det den polske bønnegruppe LOGOS som organiserer kirkekaffe.

Vi trenger kirkeverter til messene i Påsken



Kunne du tenke deg å gjøre en enkel, men viktig tjeneste i kirken en av dagene i Påsken? Vi trenger flere kirkeverter som tar i mot folk ved dørene og gir dem salmebok.

Kirkeverter hjelper også folk å finne sitteplasser.

Er du interessert eller trenger mer informasjon, ta kontakt med menighetskontoret på telefon 22 98 21 65 . Tlf. tid er tirsdag til fredag kl. 10-15. Takk!

KOLLEKT FRA KORSVEIENE GÅR TIL CARITAS FASTEAKSJON



*Fast tid for skriftemål er hverdager og lørdager
fra 17.00 til 17.45 i St. Olav kirke,
også under korsveien på fredager*

LIVETS DAG

Onsdag 25. mars 2026

Festen for Marias bebudelse, Kristi unnfangelse

St. Olav domkirkemenighet og kateketiske senter inviterer til presentasjon av initiativet

«Apostolat for Livet»

Velkommen til et inspirerende møte etter Pontifikalmesse kl. 18 i St. Olav domkirke i Menighetssalen (Akervn. 5) kl. 19.00

Hvordan kan vi yte praktisk hjelp og støtte til uplanlagte gravide kvinner som befinner seg i en vanskelig livssituasjon?



Alle er velkommen! Vi trenger frivillige med ulike evner og kall!

Barnas påske 2026

Tradisjonen tro er det også i år evangelieforklaringer for barn under påskehøytidens store messer. Følge etter til ungdomssalen når plakaten «Evangelieforklaring» bæres ut.

Palmesøndag kl. 11.00 (29. mars)

Jesus rir inn i Jerusalem, og vi er med; svinger palmegrener og roper Hosianna – slik vi gjør i messen.



Langfredag kl. 15.30 (3. april)

Sammen vandrer vi korsveien, tilrettelagt for barn med enkel bruk av stasjoner, rekvisitter, kostymer og sang.



Første påskedag kl. 11.00 (5. april)

Vi begynner i mørket. Noen tenner små voksllys slik voksne gjør påskenatten. Deretter møter vi kvinnene ved graven og Maria Magdalena i hagen.





Åndelig adopsjonsnoven for det ufødte barnet

Fra 25. mars, høytid for Herrens bebudelse
til 25. desember, Høytid for Herrens fødsel

St. Olav domkirkemenighet kunngjør et åndelig adopsjonsprogram for både store og små fra 25. mars, høytid for Herrens bebudelse til 25. desember, Høytid for Herrens fødsel.

Du kan "åndelig adoptere" et barn både individuelt eller som familie ved å registrere deg i alle messene i St. Olav domkirke og i St. Joseph kirke onsdag 25. mars, høytid for Herrens bebudelse og **LIVETS-DAG** i menigheten.

Du kan gi barnet ditt et navn om du ønsker det. Vi kjenner ikke dette barnet men Gud vet godt hvem trenger din forbønn.

Dette er en forpliktelse som varer i 9 måneder.

Hvordan blir dette gjort

Du mottar **novenes første bønn**. Der skriver du navnet ditt og datoen som en løfte på at du skal be daglig i alle 9 måneder. Du vil også motta et lite kort med den bønnen du skal be daglig.

I tillegg til denne bønnen er det gitt et løfte om å be **en dekode** av den hellige rosenkransen hver dag.

Har du noen spørsmål kan du kontakte Isabel Hillestad på

Isabel.Hillestad@katolsk.no



Ekstrem korsvei i fastetiden!

Ekstrem Korsvei (EK) er en individuell form for bønn som foreslås i fastetiden. Det innebærer å sette ut på en 40 kilometer lang rute om natten, - alene eller i en liten gruppe, i stillhet og konsentrasjon, mens man underveis reflekterer over Kristi lidelse under korsets vei. Hjelp og inspirasjon til refleksjon underveis kommer fra meditasjoner spesielt utarbeidet for denne nattvandringen, som er tilgjengelige i flere språk. Hensikten med denne utfordringen er ikke sport eller et natteventyr, men et ønske om å forandre deg selv til det bedre, et forsøk på å bryte dine egne begrensninger og dårlige vaner, forlate komfortsonen og ha et individuelt møte med Gud.

Dato: Fredag 27. mars.

Messe i Mariakirken på Stabekk kl. 18:30. Vi går etter messe kl. 19:15

Rutekurset er:

Mariakirken, Stabekk → Jar → Eikeli → Østerås → Nordli → Fossum → Bogstad → Holmenkollen → Frognerseteren → Tryvannstua → Skjærsgjøelva → Hammeren → Maridalen → Maridalsvannet → Frysja → Bakkehaugen → Sagene → Iladalen → St Olav domkirke

Mer informasjon om EK finnes på plakaten på oppslagstavlen ved kirken, på nettstedet extremewayofthecross.org/no/ eller ved å ringe til +47 93286079.

«You must demand of yourself!

Johannes Paul II

SOGNEPREST:	P. Bjørn Tao Quoc Nguyen	tlf.: 951 08 097	tao.nguyen@katolsk.no
Kapellan	P. Oddvar Moi	tlf.: 958 83 336	oddvar.moi@katolsk.no
Nasjonalsjelesørgere:	P. Grzegorz Borski	tlf.: 413 56 146	grzegorz.borski@katolsk.no
Polsk sjelesorg:	P. Piotr Sledz	tlf.: 488 94 952	piotr.sledz@katolsk.no
	P. Anthony Erragudi	tlf.: 488 95 242	anthony.erragudi@katolsk.no
Italiensk og Afrikansk engelsktal.	P. Cornelius Onwuekwe	tlf.: 408 16 870	cornelius.onwuekwe@katolsk.no
Spansk sjelesorg	P. Joel Salas Tobon	tlf.: 459 78 056	joel.tobon@katolsk.no
Fransk sjelesorg	P. Charles Zondo	tlf.: 489 95 645	zondo@katolsk.no
Filippinsk sjelesorg	P. Johan Dumandan	tlf.: 474 74 176	johan.dumandan@katolsk.no
Kroatisk sjelesorg	P. Marinko Pervan	tlf.: 947 88 482	marinko.pervan@katolsk.no
Kaldeisk sjelesorg	P. Yousif Rooni	tlf. : 458 73 262	rooni.yousif@katolsk.no
Viet. sjelesorg	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
Sekretær vikar	David Ottersen	tlf.: 972 57 935	david.ottersen@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 Ch. Odland	tlf.: 922 45 263	otto.christian.odland@katolsk.no
Domkantor	Vegar Olav Sandholt	tlf.: 907 99 991	vegar.sandholt@katolsk.no
Vaktmester	Francis Subramaniam	tlf.: 900 16 697	s.francis@katolsk.no
Rengjørings anv.	Jimmy Ross	tlf.: 960 48 042	Jimmy.ross@katolsk.no
Sakristan	Sr. maria Hong	tlf.: 403 80 947	maria.hong@katolsk.no