

MIT I LIVET

Västanfors Västervåla församlings tidning

nr 3/24

Sorg och hälsa

Michael valde Fagersta Vårdcentral

Liney trivs med att vara föräldraledig

Per är nämndeman i tingsrätten

Ann inspireras av skapandets kraft

Beth körde så att det rök

Lindgårdsskolan ordnade idrottens dag

Sorg och hälsa

Sorg och hälsa hänger ihop. Inför allhelgonahelgen känns det kanske extra angeläget att prata om det, eftersom det är en helg då vi särskilt tänker på våra nära som har dött. Sorg handlar om förlust. Det kan vara en närstående som vi sörjer, men sorg kan bero även på andra förluster i livet. Läs prästen Per-Arne Bengtssons text på sid 8-10 om sorg och hälsa.

Michael Stenklo hittade en vårdcentral som hanterar hans behov av hjälp inom primärvården på bästa sätt, och det är viktigt för den fysiska hälsan. Lindgårdsskolan ordnade idrottens dag för att lyfta fram elevernas rätt till rörelse, som påverkar både hälsa och skolresultat.

Och att använda sina kreativa egenskaper och skapa konst kan vara ett sätt att värna om sin mentala hälsa. Det har Ann Lundqvist erfarenhet av.

Att hitta en roll i livet som man trivs med påverkar också hälsan. Per Georgsson har valt att som pensionär använda sina erfarenheter från arbetslivet till att fungera som nämndeman i tingsrätten. Och Beth Söderkvist trivdes väldigt bra med uppgiften som lantbrevvärdare, som hon hade under många år.

Att bli pensionär eller av någon annan anledning förlora jobbet kan upplevas som en sorg för att man mister en viktig funktion i livet. När man drabbas av en förlust gäller det att försöka hitta vägar att hantera den nya situationen så att sorgen inte blir så stor att den förlamar och begränsar livet.

Cecilia Kjellin Eriksson, redaktör

Michael uppskattar det mötet på Fagersta

Michael Stenklo har valt att lista sig på Fagersta Vårdcentral Svenska Kyrkan. Det han är mest nöjd med är att han träffar en person i den bemannade receptionen när han kommer till vårdcentralen och att han snabbt kan få tid för besök.

Michael berättar att han var missnöjd med vårdcentralen på sjukhuset och hade funderat på att lista om sig på vårdcentralen i Norberg, men när möjligheten kom att välja en alternativ vårdcentral i Fagersta så tvekade han inte. -Jag blir personligt mottagen när jag kommer till vårdcentralen och blir bemött på ett trevligt sätt. Att det är en vårdcentral i det mindre formatet gör att jag får bra kontakt med personalen, tycker Michael.

Vill ha hjälp av en person

Han säger själv att han tillhör den generation som inte trivs med att prata med en telefonsvarare, skriva epost eller chatta med kundtjänst på internetsajter för att få hjälp och service. På den andra vårdcentralen fanns ingen bemannad reception och han fick vänta länge på en tid för läkarbesök. Michael upplever att han blev hänvisad hit och dit mellan olika instanser när han ville kolla upp om en remiss hade kommit fram. Ibland var det slut på telefontider redan tidigt

på dagen så att han fick vänta till nästa dag innan han blev uppringd. Den nya vårdcentralen ringer snabbt tillbaka och han får hjälp med sitt ärende direkt, berättar han.

Träffar samma läkare

Kyrkans vårdcentral försöker undvika att anlita stafettläkare och månalar istället om att få en kontinuitet i personalstyrkan. -Jag får träffa samma läkare som pratar bra svenska och som förstår vad jag säger, och det är viktigt, menar Michael.

Försöker påverka bekanta

Michael pratar gärna med vänner och bekanta om kyrkans vårdcentral och försöker påverka dem att lista sig där. Men han ser att många som är yngre och inte själva är sjuka har svårt att inse vikten av att lista om sig nu för att det ska finnas en alternativ vårdcentral i Fagersta. Om det skulle bli så att antalet listade inte räcker för att ekonomin ska gå runt så kommer fagerstaborna inte att ha möjlighet att göra det valet.

personliga Vårdcentral

Michael Stenklo är glad för att han får personlig hjälp på kyrkans vårdcentral, här av undersköterskan Maria Nilsson.



Stamgäst på Lindgården

Michael är också stamgäst på Lindgårdens lunchservering där han äter lunch fem dagar i veckan. Det började redan för många år sedan när han jobbade på Epiroc. Då tog han gärna en promenad på lunchen till Lindgården där det finns bra mat och trevlig personal. Numera är han pensionär men träffar alltid någon bekant i samband med lunchen.

-Det är mycket trevligare än att sitta hemma ensam och titta in i väggen när man äter, tycker han.

Läs mer om vårdcentralen
www.fagerstavc.se
facebook.com/fagerstavc
instagram.com/fagersta_varldcentral

*Text och foto:
Cecilia Kjellin Eriksson*

Fagersta Vårdcentral Svenska Kyrkan

- öppnade den 6 november 2023 på Centrumvägen 15 i Fagersta
- är ett alternativ till den existerande vårdcentralen
- erbjuder en vänlig och professionell primärvård med hög tillgänglighet
- drivs av Västanfors Västervåla församling genom bolaget Kyrkans Vård och Omsorg i Sverige AB
- fler listade behövs för att verksamheten ska bära sig ekonomiskt

Att lista sig

- innebär att man väljer vilken vårdcentral som man vill söka vård på. Man behöver inte vara medlem i Svenska kyrkan för att lista sig på kyrkans vårdcentral.
- Det kostar ingenting att lista sig på en vårdcentral.
- En person kan bara vara listad på en vårdcentral. Man kan byta vårdcentral max två gånger på ett år.
- Valet av vårdcentral är personligt och därför behöver varje familjemedlem välja den vårdcentral som de vill lista sig på. För barn upp till 18 år är det vårdnadshavaren som väljer.
- Det smidigaste och snabbaste sättet är att lista om sig direkt via 1177.se genom att logga in med BankID. Det går även att ladda ned en blankett från vårdcentralens hemsida eller www.1177.se. Blanketter finns även på vårdcentralen, på Lindgården och på Fagersta Stadshotell där det även går bra att lämna in den ifyllda blanketten. Du kan även besöka vårdcentralen så hjälper personalen dig.

Liney Mähl trivs med att vara föräldraledig

Liney Mähl är 28 år och fick sitt första barn för några månader sedan. Hon trivs med att vara hemma med lilla sonen Melwin. –Det är skönt och mysigt att vara hemma. Det gäller att ta vara på den här tiden, för det går väldigt fort, säger hon samtidigt som hon torkar lite dregel från Melwins haka.

På vardagarna är Liney ensam hemma med Melwin medan sambon Johan jobbar och de två bonusbarnen är på förskola och skola. Tidigare den här dagen har Liney och Melwin varit iväg på Lineys mammaträning och hon berättar att hon brukar promenera tillsammans med några andra mammor från samma föräldragrupp. Planen är att Liney ska vara föräldraledig från sitt jobb på förskolan Rosen fram till augusti nästa år då det blir dags för Melwin att skolas in på sin förskola, som de hoppas blir i närheten av de andra barnens skola och förskola.

Det händer att Liney tar med Melwin till babykafé eller till församlingens öppna förskola på Lindgården. –Det känns inte alls konstigt att gå till öppna förskolan. Jag känner de flesta som jobbar på Lindgården och båda mina föräldrar har jobbat i kyrkan, så det är helt naturligt för mig.

Församlingen genom livet

Liney har haft församlingen som en följeslagare genom större delen av livet. Hon var en av de 18 elever som började i förskoleklassen när församlingens friskola Lindgårdsskolan startade 2002, och hon gick hela grundskolan i samma skola. Hon hade tur för samma år som hon skulle börja högstadiet så öppnade Lindgårdsskolan även ett högstadium.

–Jag trivdes på Lindgårdsskolan. Det var rätt val för mig, säger hon.



Liney och sonen Melwin myser i köket.

Gymnasiet gick Liney på en friskola i Västerås på ett naturbruksprogram med inriktning smådjur, men hon har inte fortsatt på den banan. Hon har växt upp med hund och tycker att det är tomt utan, så hon hoppas att de ska kunna skaffa en hund lite längre fram.

Timanställd i kafé och förskola

Hon har varit timanställd både på församlingens kafé i Brukskyrkan och på församlingens friförskola Linden. 2020 fick hon ett vikariat på den kommunala förskolan Rosen och har jobbat där sedan dess samtidigt som hon har gått Hermods barnskötarutbildning på distans. –Jag jobbade hundra procent och pluggade hundra procent så det var ganska intensivt. Jag hann inte så mycket annat under den tiden, berättar hon. Det är ett roligt jobb men kanske inte något jag vill göra hela livet.

Dags för Melwins dop

Liney är döpt och konfirmerad i Västanfors kyrka, och en lördag i september är det dags att döpa lilla Melwin. Hon berättar att prästen Lars Frisk, som ska döpa Melwin, jobbade som vaktmästare i kyrkan vid ceremonin då hon själv döptes och hennes föräldrar passade på att gifta sig. –Det är fint med dop. Det är en fin tradition och det har känts självklart för oss att Melwin ska döpas, säger Liney och ser ömt på sin son och får ett stort leende tillbaka.

Själva dopet blir i Västanfors kyrka och planen är att Lineys mamma ska sjunga en solosång till sitt barnbarn. Liney tror att det kan bli känslolöst, men bara Melwin får sova och äta ordentligt före så går nog dopet bra. Efteråt blir det dopfika med släkten på Apollogården, som ligger i kvarteret där Liney bor med sin familj.

*Text och foto:
Cecilia Kjellin Eriksson*

Vem är du?

Jerry Viskari

Jerry Viskari arbetar deltid i Västanfors Västervåla församling med att göra underhållsplaner för församlingens olika fastigheter.

Jerry har bott hela sitt 60-åriga liv i Fagersta. Han föddes på Västanfors BB och har gått både grundskola och gymnasium här i stan. Under uppväxten ägnade han sig mycket åt olika sporter, både fotboll, ishockey och innebandy. När sedan barnen spelade var han med som ledare, men oftast inte för de lag som barnen var med i. Han har tre vuxna barn tillsammans med frun Solveig som han varit gift med i 30 år.

Många resor i jobbet

Jerry berättar att han under sitt arbetsliv har rest väldigt mycket, och nu uppskattar han att få vara på hemmaplan. Jerry är maskiningenjör och arbetet har ofta handlat om teknik, även om han har haft olika roller inom flera olika branscher. Han började inom försvarsmakten och senare blev han produktionschef på ett företag som tillverkar stora dieselmotorer till oljeplattformar. Under de år som han jobbade inom tågbranschen spenderade han mycket tid utomlands, framförallt i Indien och Kina. Han jobbade ofta tre till fyra veckor utomlands och var sedan hemma en period. -Det var väldigt mycket jobb, inte några 40-timmarsveckor precis. Det var slitsamt och varje projekt handlade om otroligt mycket pengar, säger han.

Tiden som projektledare inom kärnkraftsindustrin på Westinghouse tycker han var intressant men byråkratisk, eftersom det var väldigt regelstyrkt. Under tio år fungerade han som kvalitetschef, inköpschef och projektledare på Seco Tools i Fagersta. Det har ofta varit tillfälligheter som har gjort att han har bytt jobb. Långvariga problem med smärta i nacke och rygg har gjort att han inte längre klarar att jobba heltid.

Underhållsplaner

Nu jobbar Jerry med att göra underhållsplaner till församlingens fastigheter. Han arbetar nära Jonas Högberg, som är fastighetsansvarig och som sitter inne med många detaljkunskaper. Man gör normalt en plan på 30 år för hur en fastighet ska underhållas och planerar en investeringsbudget utifrån det. Det kan handla om när tak behöver bytas och livslängden på teknisk utrustning i byggnaden. -Man gör en plan för att undvika överraskningar. Det duger inte att man har utrustning i till exempel ett kök eller en skola som går sönder, eller att en varmvattenberedare börjar läcka, förklarar Jerry. Just nu håller han på med planen för sporthallen Lindhallen, som är församlingens nyaste byggnad, och tidigare har han gått igenom

vilka behov av underhåll som finns i kyrkobyggnaderna.

-Mitt uppdrag sträcker sig från en nästan ny sporthall till flera hundra år gamla kyrkobyggnader. Jag har alltid varit nyfiken och intresserad av att lära mig nya saker, och det är spännande att lära sig mer om gamla byggnader. En kyrka som byggdes för flera hundra år sedan är byggd med andra material som har andra egenskaper än i en nyare byggnad. Hur målar man fönster på en kyrka och vilken typ av färg använder man? Hur lång är livslängden på en plåtdörr i en kyrka? Sånt kan jag fundera på.

Intresserad av jakt och fiske

Intresset för kyrkor har han med sig sedan tidigare, eftersom han och frun gärna besöker kyrkor när de är ute och reser. På fritiden ägnar han sig åt trädgårdsskötsel och promenader med hunden. Han tycker också om att jaga och fiska, även om det blir mindre nu än tidigare på grund av nackbesvären. -Det är skönt att komma ut. Det är så rofyllt. Och det viktigaste är matsäcken, skrattar Jerry. Nuförtiden idrottar han inte men han följer mycket sport på TV, både hockey och fotboll.

*Text och foto:
Cecilia Kjellin Eriksson*



Ann Lundqvist och *skapandets kraft*

Redan som litet barn var Ann Lundqvist intresserad av att skapa konst i olika former. Hon bodde då ute vid Sundbo som på den tiden var en helt annan institution än det är i dag och kallades då för Sundbo Ungdomsvårdsskola. Båda hennes föräldrar jobbade där. Som barn klippte hon ut seriefigurer från olika serietidningar och ritade egna pratbubblor med text. Det hände också att de åkte till Grebbestad på somrarna och där och då började hon måla i akvarell och olja. Inte så svårt att förstå med tanke på det vackra bohuslänska stenlandskapet.

Konstnärlighet i släkten

Jag frågar henne om målandet finns i släkten och hon berättar att både farmor och farfar var konstnärliga, speciellt farfar men även hennes föräldrar och syskon har fått den konstnärliga gåvan. För Anns del visade det sig tydligt i skolbetyget där hon hade bra betyg i såväl slöjd som teckning. Jag frågar om hon gått någon utbildning eller kurs men det har hon inte, däremot hände det att hon höll kurser på TBV för många år sen.

Utställning i galleriet

När jag besöker henne i boden som hon kallar "Galleri Ann", där hon har en utställning i slutet av augusti, ser jag prov på hennes händighet och skaparglädje i

såväl alla verk i boden som ute i den vackra trädgården belägen strax bakom Västanfors herrgård. Men det är inte bara själva tavlorna som är vackra; en tavla behöver ju oftast en ram för att fullborda verket. Dessa tillverkar hon på egen hand berättar hon. Gamla lister och annat t ex bitar från en hässje-stör eller en bit drivved använder hon genom att såga till och gärna olja in för att få träet mer levande.

Öar i trädgården

I hennes vackra trädgård är det flera "öar" som hon skapat själv. I en har hon tillverkat alla möblerna själv. En annan plats är en före detta hammock omgjord till en gunga som hon ofta sitter i och kopplar av när hon kommer hem från jobbet och kanske är lite uppe i varv.

Samvetet i Skulpturparken

I år medverkade hon i utställningen i Skulpturparken i Ängelsberg för tredje gången. Hon kallar årets skapelse för Samvetet. Hon tycker namnet passar bra till temat för Skulpturparken som i år är Gränsland. Hon utvecklar hur hon tänker:

-Människan rör sig i olika riktningar i livet och hamnar ibland i ett gränsland där man måste fatta olika beslut, beslut som kanske rör det egna samvetet och hur man ska agera. Hennes figur har en flaska sprit

i ena handen och i den andra ett äpple. På den ena axeln sitter en svart djävul och på den andra en vit ängel. Här har man då ett val, vad ska man välja? I Skulpturparkens folder skriver hon:

"Samvetet har en enorm kraft och utmärker oss som människor. Gott samvete är den bästa huvudkudden medan det dåliga kan förfölja oss livet ut. Det får oss att anklaga oss själva – och det ser oss när ingen annan gör det". När årets utställning stänger igen i slutet av september kommer "Samvetet" att få komma hem till Ann och få sin plats någonstans i hennes vackra trädgård.

Inspiration och flow

Ann berättar att hon inte är i skapartagen varje dag. Hon utvecklar det genom att förklara att det handlar om inspiration och att göra en sak i sänder.

-Ibland hamnar man i ett "flow" och då försvinner tid och rum. Men ibland, säger hon, kan det gå ett helt år utan att jag målar något över huvud taget. Jag undrar vad hon gör då i stället och då svarar hon att hon kanske gör ett staket, någon möbel eller något annat med sina händer. Man kan ju sammanfatta det hela med att med sina händer händer det alltid saker för Ann.

*Text och foto:
Staffan Riddersporre*



I trädgården har Ann gjort i ordning flera olika platser som hon kallar för "öar" där hon kan koppla av.



Ann visar boden "Galleri Ann" som finns hemma på tomten.



En gammal hammock gjorde hon om till en gunga som är skön att sitta i.



Skulpturen Samvetet var med sommarens utställning i Skulpturparken i Ängelsberg.

Sorg förminskar själens liv

De flesta människor förknippar ordet sorg med kroppens död och att ha förlorat en nära anhörig. Men sorg är något mycket större och vår förståelse för vad sorg är borde fördjupas och breddas. Sorg kan vara mycket eftersom det handlar om något som har gått förlorat och som är viktigt för den personen. Reaktionen brukar ofta beskrivas som en mindre depression, "att bli ledsen" och nedstämd. Våra föreställningar om livet har rubbats på ett ofrivilligt sätt och ibland känns det som något brutalt. Livet går emot oss och vi kan knappast känna oss älskade i det stora sammanhanget. Vårt behov av tröst och läkedom blir stort och det känns viktigt att det finns människor som vill ta den rollen som tröstare. Att förlora sina drömmar kan vara nog så plågsamt och sorg kan gräva sig in djupt och ger kroppsliga konsekvenser. Sömlöshet, bristande matlust, oro, huvudvärk, psykisk förlamning, asocialt beteende och listan kan göras lång. Det viktigaste av allt är att börja förstå vad sorgen gör med oss för annars kan den segra över oss i stället för tvärtom: att vi besestrar sorgen genom att förstå hur den håller oss fast.

Sorg och hälsa brukar inte kopplas ihop fast de sitter ihop som ett tvillingpar. Anledningen kan vara att sorg förknippas med

den fysiska döden och inget mer. Men sorg är en reaktion som är mycket mer än den fysiska döden. Sorg finns med i alla former av förlustupplevelser som vi normalt inte tänker på som en sorg. Att förlora sitt arbete kan leda till en djup sorg som tar ner livskänslan, sjukdom som begränsar, skilsmässor och otrohetsaffärer, ekonomiska problem, sociala konflikter, svek i vänskapsrelationer, materiella förluster och för några kan det bli en sorg att det egna fotbollslaget förlorade och fortsätter att förlora. Det som gör att sorg betraktas som sorg, själva kärnan i sorgen, som en själslig del av personligheten är något som tar ner en individs förmåga till utlevelse.

Tecken på sorg

Det kan uttryckas på olika sätt men sorger är något som dämpar viljan och leder till en förkrympning. Den som sörjer är inte sig själv utan bara en del av sig själv. Resterande delar ligger undangömda. Den som sörjer har fokus på något annat än det som ligger i nuet. Därmed uppstår en frånvaro som blir ett hinder för att engagera sig i det som är i nuet och att möta de människor som finns med i det sammanhanget. Sorg får en människa att bli bunden av det förflutna och det ofta på ett omedvetet sätt.

Det kan visa sig genom att minnen dyker upp utan anledning och att en person hela tiden jämför vad som händer nu med det som var innan. Det är ett sätt att ogiltigförklara existensen av nuet och göra det oviktigt i denna jämförelse. Det förflutna upphöjs som ett idealt tillstånd, vilket det inte var, utan viljan att skapa illusioner är en försvarsmekanism att skydda sig från sina egna känslor av tomhet. Ibland inträffar det att någon egentligen inte sörjer den döde utan sina egna känslor för den döde.

Sorg som själsligt plåster

En sorg kan bli ett plåster och en ursäkt för att inte göra upp med sig själv. Det kan vara en användbar social mekanism som ger makt till den som använder sig av sin svåra situation. En sorg kan styra omgivningen och det kan vara på gott och ont beroende på underliggande motiv för att upprätthålla sorgen. Sorg uppkommer när vi inte kan acceptera vår nya livssituation utan stretar emot och vill vrida klockan tillbaka fast det inte går. Livsenergin försvinner till våra svarta hål, livslusten avtar och förmågan att omstarta försvinner. Tryggheten ligger i att vi vet vad vi har, men inte vad vi får om vi lämnar det gamla bakom oss. Att komma vidare i livet handlar ofta om att kunna bearbeta det förflutna, säga ja

till det inträffade för att våga släppa det och se det som ett avslutat kapitel i en period i livet.

Ovilja att lämna sorgen

Oviljan att lämna kan bero på många saker som ligger ouppklarade i det förflutna. En känsla av skuld kan binda någon till det förflutna utan att det blir något tydligt av det. Sorg är också en diffus känsla som är otydlig. Den som kan beskriva sin sorg är ofta på väg ut ur sorgen och kan på sikt lämna den. Sorgen som en otydlig diffus skugga i en människas liv kan driva vederbörande till att leva kompensatoriskt. Den som gör det söker tröst som ska uppväga förlusten och ersätta den på något sätt. Kompensationerna fungerar ofta inte och är inte tillräckliga i längden utan kräver ofta mer och mer i insats för att kunna bedöva sorgen. Det farliga är det diffusa som ligger bakom som en dold orsak och ju längre bort orsakerna trängs undan desto starkare blir behovet av att dölja anledningen. Något som ofta ger upphov till ett missbruk som kan vara dolt eller uppenbart för alla andra i omgivningen. I allmänhet är det lättare att förstå hur en alkoholist döljer något, en sorg som ska kompenseras av ett drickande som trubbar av de inre signalerna.

Flyktbeteenden

Svårare är det att förstå någon

som är arbetsnarkoman och som hela tiden arbetar för att hålla borta sina inre impulser och bubblande känslor. Den som försöker arbetabort sinaproblem går ofta fri från andras omdömen och får en högre status, fast det är ett svårt missbruk. Samhället ser alkoholism som en sjukdom som kan botas och då ofta med kemiska preparat eller med samtalsterapi. Det handlar då inte om sorgen som mekanism utan om andra orsaker i barndomen. Men givet har ett barn till en missbrukare stor sorg att bearbeta för att förstå sin förlust av en genuin förälder. Barndomen blev en relation till någon som blev en skugga av en förälder. Ett barn har en förlust upplevelse att arbeta med och utan att förstå sin sorg är det omöjligt att hantera en missbrukande förälder som sörjer något i det förflutna.

Att tänka fyrdimensionellt

För att förstå djupet av sorgens kraft i en människas liv är det viktigt att tänka fyrdimensionellt. Längst in finns det som sedan lång tid tillbaka är förträngt och den sorgen är inkapslad och inte tillgänglig för medvetandet. Men sorgen får andra vägar och kan ta sig kroppsliga uttryck och försvaga den och göra kroppen mottaglig för sjukdomar. En sorg kan vara en psykisk reaktion som blir till spänningar i kroppen som ger olika symptom. Fibromyalgi

är ett sådant tillstånd och som kräver mycket arbete för att lösa upp spänningar och knutar. Människor som bär på mycket sorg blir experter på att gå runt sorgen och ge den andra namn, förklaringar och orsaker. Anledningen kan vara rädsla för att framstå som svag och det är en sanning att sorg försvagar en människa på flera plan.

Tecken på bakomliggande sorg

Ett själsligt tecken på sorg är en oförmåga att fokusera på ett mål som ligger i framtiden. Sorgen blir ett vakuum och en väntan på att något ska hända. Insikten att själv ta sig ur förlamningen är väldigt liten. För att sammanfatta så kan vi säga att sorg handlar om en relation som har brustit och blivit till en besvikelse. Den vision man har haft av vänskap, kärlek, trygghet och närhet har inte hållit. Livet blev något annat av en oförklarlig anledning. Lyckan uteblev och som allting annat har allt två sidor. En baksida som ingen vill tro på som möjlig. När baksidan blir en framsida så uppfattas det som ett misslyckande och tron på livet sipprar ut till ingenting. Det har att göra med att sorgen på djupet berör vår identitet och vår frihet att vara vad vi är. Den ytliga sorgen har vi lättare att hantera för den äger oss inte.

Text och foto:

*Per-Arne Bengtsson, präst
forts. på nästa sida*

Sorg förminskar själens liv *forts.*

Reaktioner på ytan

Ytliga sorger kan passera utan att få fäste beroende på vad det finns för alternativ på vår väg framåt. Får vi sparken från jobbet gör det inget om vi hittar ett nytt jobb två månader senare. Människor rusar in i nya förhållanden utan att vilja städa i obehaget. Det kan ge en bedövning för stunden men kommer inte att bota sorgen som finns inombords. Känslan av misslyckande är i sig en sorgereaktion som kan vara eftersläpande och ligga dold tills vederbörande ska ta ett nytt steg i sitt liv. Då plötsligt kommer det gamla fram och spärrar vägen och det blir en låsning, ibland med efterföljande tragik. Misslyckandet spås på med ytterligare något som betraktas som ett misslyckande. Sorgen växer och utvecklas till bitterhet, avoghet och kan bli en form av elakhet.

När sorgen bli permanent

Personen har fastnat i ett permanent tillstånd av sorg utan att veta om det själv. Det är ett farligt tillstånd för hälsan både ur kroppslig och själslig synpunkt. Nyckeln till att låsa in en sorg kan användas till motsatsen. Att låsa upp och öppna för en sanning. Inget som kommer som en pressande kraft ovanifrån utan som en inre bekännelse inför sig själv. Det man vet men förträngt och glömt får en plats i livet och förvandlas till en viktig insikt.

Förnekelsen kan få en ny riktning när det finns förutsättningar och en människa omgärdas av trygghet och vilja till förståelse. I den situationen handlar det om modet att våga ta språnget ut i det okända som egentligen inte är något annat än "jag själv."

Att förneka sin sorg i livet

Sorg förminskar en människa och förkrymper hennes liv. Problemet är förnekelsen som stoppar den läkande kraften. Det viktiga är att komma fram till ett erkännande och sluta med att gå runt om genom att förklara allting som sker på ytan utan att vilja förstå rötterna till problemet. En människa som tror på att alla orsaker finns på ytplanet kommer att bli inlåst i det ytliga skiktet av livet och därmed bli mycket sårbar inför sin omgivning. Kritik från andra raserar och sårar det inre och skapar ett kaos. Sorgens makt finns kvar så länge den inte blir avslöjad som verklig. När det sker får sorgen en plats i livet men inte med en styrande kraft. Sorgen har blivit en del av ett kapitel i någons liv som får sin plats i personligheten men den bearbetade sorgen klarar av att släppa in nytt liv till själen.

Förvandla sorgen är att segra

Ett bra sätt att förstå och bearbeta sorgupplevelser är att förstå relationen till en annan människa som själva förlusten. Det är inte själva människan vi sörjer utan relationen till

vederbörande. Det vi kan kalla för vänskapen, kärleken, släktskap eller vilket namn vi vill ange för en tvåsamhet i det mentala livet. Får vi grepp över själva relationen kan vi också låta den leva på ett nytt sätt genom minnen och en inre dialog. Det innebär att vi kan bearbeta våra erfarenheter genom att skälla ut den vi höll som vän, beskriva saknad, försöka förstå vad som låg bakom sveket och så vidare. Människor kan dö för oss genom att vi förskjuter dem ur vårt själliv och de kan fortsätta leva fast de fysiskt inte är närvarande om vi möter dem i vårt inre.

Att leva med döden

Vem som går igenom vår grind är det upp till oss själva att bestämma och inte klumpen i magen som består av undanträngd sorg. Kulturen i vårt samhälle idag handlar i hög grad om att avskaffa döden och därmed också sorgen. Döden har städats bort till osynlighet, och om man inte talar om den så finns den inte heller. Samma sak är det med sorgen, den skapar öknar av tystnad och den människa som drabbas av sorg får erfara en stor ensamhet för det är få som vill stiga fram och möta någon annans sorg. "Man kan ju bli ledsen själv", men det borde vara ett lätt pris att betala om det stärker en vänskap. Det är vår mänskliga plikt att våga stå fram som medmänniska när sorgen bränner i både hjärtan och lemmar.



Pengar och det goda livet



Foto: Pexels_Pixabay

...Kristen tro handlar ytterst om det goda livet här och nu. Våra berättelser och vår egen mytologi om människans plats i tillvaron börjar just i att sätta människan i ett stort sammanhang. Bibelns skapelseberättelser sätter människan i relation till sig själv och ser åt människornas relation till varandra och till jorden de trampar...

...Bibelns skapelseberättelser skildrar hur människan får uppdraget att ta ansvar för marken, fiskarna i havet, djuren i skogen och fåglarna i himlen. Vi skall få och vi skall ge tillbaka. Det vi ser är alltså redan där ett ekonomiskt system. Själva ordet ekonomi kommer ur ordet hus och att hushålla. Även i det är en relation inbyggd. Hur förvaltar vi och fördelar resurser som det ska vara tänkt av Gud? Inte för rättvisans egen skull men för att alla ska få del av det liv som Gud tänkt för oss. Det goda livet...

...Vad är det som låser våra hjärtan till pengar? I den värld vi lever är pengar makt, och det är i sig inget fel. Var människa skall ha makt i och över sitt liv. Men det är viktigt att hela tiden ställa frågor om hur vi förvaltar och utövar den makten i relation till varandra...

...I Bibeln uttrycker en av de första ledande kristna att "pengar är roten till allt ont". (Första Timotheosbrevet 6:9-10). Det kan låta politiskt radikalt, men också arrogant och nonchalant. En förälder som inte kan köpa skor till barnens fotbollsträning skulle nog kunna tänka sig några hundralappar ur det rotskottet. Eller att själv inte behöva avstå från att äta för att barnen skall kunna bli mätta. Det blir extra arrogant om man adderar ett fattigdomsideal som säger att man så lite som möjligt skall bry sig om pengar. Se på blommorna på marken och fåglarna i himlen, säger Jesus. Blommorna är så vackra av allt de får gratis av Gud och inte har fåglarna något bekymmer över räkningarna som skall betalas i slutet av månaden. Men nog måste väl Jesus ändå ha vetat hur hårt fåglar arbetar för sin överlevnad?

Om man som kristen kommer med sådana bibelord till någon som varje månad lamslås av ångesten över att pengarna inte räcker, är det respektlöst. Kristen tro handlar om det goda livet

och Guds vilja att det skall vara åtkomligt för var människa som lever. Det handlar om hur Gud har tänkt sig att våra liv ska vara – utan inbördes ordningar av makt och ekonomi. Långt före Jesus födelse fanns profeter som med väldigt hårda ord fördömde de rikas lyx på de fattigas bekostnad. Att vilja leva ett liv som inte domineras av kärlek till pengar går att kombinera med kravet på ekonomiska resurser som varje människa har rätt till för att leva ett gott liv. Den här dubbelheten finns i den kristna tron och i Förenta nationernas deklaration om mänskliga rättigheter. Att vara kyrka handlar också om ekonomi utifrån förståelsen av hushåll. Många av de första kristna levde i egendomsgemenskap och många av de regler som skrevs ner i brev som skickades mellan församlingar handlar om hur vi bör hantera ekonomiska ojämlikheter i kyrkan. Det vi i kyrkan kallar diakoni handlar till vissa delar om just detta. Det handlar inte om att det i kyrkan finns friska som hjälper sjuka, starka som hjälper svaga eller rika som hjälper fattiga. Vi är en gemenskap och i den är vi alla friska och sjuka, starka och svaga, rika och fattiga.

Drömmen om det goda livet kan leda oss människor fel liksom viljan att själv vilja ta Guds plats. Det var det som kastade oss ut ur tillvaron som Gud tänkt för oss. Som människa är det lätt att alltid vilja stå överst i näringskedjan. Pengar är en usel herre, men kan vara en utmärkt tjänare.

Detta är delar ut en text hämtad från Svenska kyrkans hemsida

Textförfattare: Kent Wisti, präst

På hemsidan www.svenskakyrkan.se finns fler texter om pengar och det goda livet till exempel om ekonomi, skuld och moral, om arbete och om lycka.

Beth körde så att det rök!

Det finns människor som är så kallade portalfigurer. Någon som alla i bygden vet vem det är. Det ovanliga med Beth Söderkvist är att det motsatta gäller också: hon vet vem alla är i hennes egen generation. Anledningen är den att hon varit lantbrevbärare i över tre decennier och har minnen och historier som en uppslagsbok. Möt Beth i hennes berättelse om sitt liv.

–Jag är född på söder i Stockholm, men jag blev aldrig någon söderböna utan det var givet att jag ville till mormor och morfar i Fagersta och så blev det när jag var tio år, då flyttade vi till Fagersta. Där hade mormor en mjölk och livsmedelsaffär där jag älskade att vara och det har nog präglat mig från början. Jag lärde mig umgåås med människor och även förstå vad det är att vara servicemedveten. Det har jag burit med mig hela livet, men nu vid den här åldern känner jag mig onyttig.

Att hjälpa andra

Jag lyssnar på Beth Söderkvist som nästa gång fyller 89 år och hon sitter i sitt gamla "hönshus" som hon bott i sedan 1953. Det är året efter jag föddes så jag får anstränga mig för att förstå de unga två som gifte sig och köpte huset i Sörby Västervåla för att leva där resten av sina liv. De fick göra allt själva med huset och det fick ta sin tid eftersom det var ett snickeri och inte en bostad. "Det har varit ett hönshus

också" säger Beth och skrattar till. Första tiden blev att vara hemmafru och ta hand om två söner som växte lika snabbt som tiden rusar i väg. Beth började sedan arbeta i livsmedelsaffären i Våla, sedan blev det Konsum i Virsbo som var ett "snabbköp." Hon kunde sin sak från barnsben när det gäller affärsverksamhet.

–Erbjudandena har liksom bara ramlat över mig och det har bara varit att tacka och ta emot" säger Beth och förklarar att så var det också med postutdelningen. Det var grannen Arne som ville vara ledig för att ta upp potatisen och ville ha hjälp med postutkörningen och så blev det 35 år vid posten.

Lantbrevbäraren

Året var 1966 när hon fick sortera och köra ut post. På den tiden var det dåligt med adresser och för det mesta stod det bara gårdsnamnet och ibland inte ens det. Det gällde att äga lokalkännedom med fingertoppskänsla. Den 15:e varje månad var det pension och då



Beth samlar sina minnen i hemmets vrå

blev det ofta en femtontimmars dag.

–Det var bara att ta med sig lådan med pengar och gå in i stugorna och betala ut pensionen, sedan var det dags för kaffe, smörgås och bullar i nästan varje stuga. Jag hade inte heller hjärta att säga nej för det kanske var det enda besöket de fick på hela veckan.

Beth förklarar att det ingick i tjänsten att hålla koll på folk. Om det var så att en brevlåda inte hade blivit tömd på flera dagar så skulle det anmälas till kommunen för att kolla upp hur det stod till med hälsan. Ingen fick ligga död i sin stuga utan att upptäckas. När det närmade sig jul så skulle lantbrevbäraren bjudas in på kaffe och få sin julklapp. Helt klart var att det fanns en stark personlig bindning till brevvarlden. Men också en trygghetsfaktor, någonsomskulle komma regelbundet och i tid. –Jag kommer ihåg Boman som inte ville ha en postlåda utan stå vid vägen och vänta tills man



När det var pensions-
utbetalning var det bara
att kliva ur bilen vid nästan
varje stuga.



Den gula postbilen är ett
minne blott både för Beth
och allmänheten. Gult har
blivit till blått.

kom. Att vara lantbrevbärare var
äventyrligt på vintern för man
visste inte om det var plogat
eller halt, men det gick ju ändå.

Nya tider

I början fick lantbrevbäraren
köra med sina egna bilar, sedan
blev det knallgula tjänstebilar.
Dessutom fanns det något som
kallades för felräkningspengar.
Om någon räknade fel så blev
vederbörande ansvarig och fick
lägga till egna pengar om det
fattades. Arbetsdagen började
alltid klockan sex på morgonen
och höll på tills det var färdigt.
-Det fanns en frihet i det
här arbetet som är svår att
förklara. Något som inte bara
handlade om kontakten med
människor utan livskvaliteter
av ett annat slag. En form av
hjälpssamhet mellan människor
som något grundläggande som
inte finns på samma sätt idag.
Beth säger att det har skett
förändringar och den nya
tiden har inte tid med samma
kontakter och hjälpande händer
som förr.

"Kulturtanten"

När det gäller Beth så talar vi
om någon som är ett nav i olika
ideella sammanhang. Hon är en
institution gällande kulturlivet i
Västervåla. Beth har varit aktiv i
LOGT sedan hon kom till bygden,
spelat teater, revy och sedan
1959 har hon sjungit i kyrkokören.
Hennes frivilliga arbete har fyllt
hennes dagar allt ifrån att ordna
med kyrkkaffe, försäljningar och
program för att vara med och
levandegöra bygden i nutid med
dess historia. Därför har hon
arbetat som guide på Oljeön
under sommarmånaderna i över
20 år. Hennes teatererfarenheter
kom väl till pass så någon
mikrofon behövdes inte.

-Föreningslivet har varit min
högskoleutbildning, säger Beth,
som av mig blir krönt till "Förste
kulturtanten i Våla" vilket är den
finaste titeln jag kan komma på.
Den som samlar det förflutna
och kan överlämna den djupa
livskänslan till nutiden, för att
öppna våra sinnen och inte
utesluta det förflutna.

*Text och foto:
Per-Arne Bengtsson
Texten har tidigare varit publicerad i
Fagersta-Posten*

Per är nämndeman i tingsrätten

Per Georgsson är nämndeman i Västmanlands tingsrätt. Han tjänstgör normalt två dagar varannan vecka vid olika typer av mål. Att vara nämndeman är ett frivilligt uppdrag och nya nämndemän utses av politiska partier var fjärde år, men man behöver inte vara medlem i ett parti för att bli nämndeman.

Mitt i livet träffar Per Georgsson på plats i tingshuset en dag i juni. -Att delta i en förhandling är högtidligt och respektfull, det är inget lull-lull. Vi har ett bra rättsväsende i Sverige. Som nämndeman får man en fin inblick i det svenska samhället och hur rättsväsendet fungerar och det är intressant, tycker Per.



Tjänstgör fyra år i taget

Att vara nämndeman är ett åtagande på fyra år i taget, och Per är nu inne på sitt femte år. Tidigare har han varit kallad som vittne i samband med händelser kopplade till arbetet som ambulanssjukvårdare, och det var efter att han gått i pension som han åtog sig uppdraget som nämndeman.

-Jag var nyfiken på vad det innebar. Tack vare mina 30 år inom ambulanssjukvården har jag stor erfarenhet av stress och trauma, och det har jag ibland nytta av i det här sammanhanget. Man har rätt att säga ifrån sig barnmål om man tycker att det är jobbigt. Det är sånt som kan snurra i skallen efteråt, säger han eftertänksamt.

Per beskriver det som att han kliver in i en roll när han klär sig i kavaj och slips och åker till tingsrätten i Västerås, på samma sätt som han tog på sig uniformen när han tjänstgjorde på ambulansen. På det sättet klarar han att hålla distans

Det är femte året som Per Georgsson tjänstgör som nämndeman vid Västmanlands tingsrätt. Han är även förtroendevald i Västanfors Västervåla församling, Svenska kyrkan i Fagersta.

till de mål han tjänstgör vid. Han upplever att han har en viktig roll i samhället, trots att han inte längre yrkesarbetar.

-Jag har ett ben kvar i arbetsvärlden, och det är härliga människor i nämndemännens fikarum. Dessutom trivs jag i Västerås, säger fagerstabon med ett leende.

Så går en förhandling till

Per berättar om hur en tingsförhandling går till. Vid presidiet i rättsalen sitter en juristdomare och tre nämndemän, vars röster väger lika tungt (25%) vid röstning. Där finns även en notarie som fungerar som sekreterare. I salen finns även en åklagare och ibland den person som blivit utsatt för brottet. Ofta finns även den åtalade och en försvarsadvokat med vid förhandlingen, men det händer att

målet avgörs även om den åtalade väljer att inte infinna sig. Det kan även finnas åhörare i salen, eftersom de flesta förhandlingar är offentliga. Bara vissa känsliga förhandlingar sker bakom stängda dörrar.

Per har inte läst in sig på fallet i förväg. Bara i undantagsfall får nämndemän läsa in en del, och då sker det på plats i direkt anslutning till förhandlingen.

-Vi får aldrig ställa frågor under förhandlingen eller med minspel avslöja vad vi tänker och tycker, berättar Per, men det är sällan som vi inte är överens om domslutet. Åklagaren presenterar ett förslag till dom utifrån prejudicerande* domar i liknande mål och när förhandlingen är avslutad har juristdomaren och nämndemännen en överläggning. Dom meddelas direkt eller vid en senare tidpunkt.

Många förhandlingar varje dag
Många ärenden behandlas i tingsrätten varje dag. I den stora foajén finns en stor tavla där det framgår vilka mål som ska behandlas under dagen och i vilken sal varje förhandling sker. Den här dagen handlade ett mål om ringa narkotikabrott och brott mot knivlagen på ett tåg mellan Ramnäs och Västerås. En polis, som inte var i tjänst vid händelsen, var kallad som vittne och medverkade via länk. Den åtalade infann sig inte, men förhandlingen genomfördes. Dom skulle meddelas efter två veckor.

I ett annat ärende, där Per var kallad att tjänstgöra som nämndeman, kunde förhandlingen inte hållas då den åtalade inte var på plats. Juristdomaren gjorde bedömningen att den åtalade inte hade blivit kallad enligt gällande regler. Den förhandlingen fick skjutas upp till ett annat datum, trots att både åklagare och försvarare var på plats.

I foajén fanns den här dagen även en frivillig medarbetare från brottsofferjouren i rollen som vittnesstöd. Hon berättade att brottsofferjouren försöker bemanna platsen så ofta de kan för att kunna hjälpa och lugna personer som kallats till tingsrätten som vittne. De hjälper även åhörare till rätta och svarar på generella och praktiska frågor kring tingsförhandlingar.

** Prejudikat. Ett avgörande från Högsta domstolen i en viss rättsfråga. Domstolar är inte enligt lag bundna att följa prejudikaten, men i praktiken uppfattar lägre instanser prejudikaten som mer eller mindre bindande när de ska avgöra liknande frågor.
Läs mer på www.domstol.se*

*Text och foto:
Cecilia Kjellin Eriksson*

Fråga juristen

Vanliga frågor kring bouppteckning

Vanliga frågor som ofta uppkommer i samband med att en person har avlidit handlar om vad man får göra. Kan jag betala räkningar? Får jag sälja bilen, möblerna och huset? Kort kan man säga att det bästa är att invänta bouppteckningen. I vissa fall måste man göra det, exempelvis vid fastighetsförsäljning.

Dessutom krävs det alltid att **alla** dödsbodelägare (arvtagare) är överens. Ibland vet man inte från början vilka alla arvtagare är, utan måste då göra en släktutredning. Vad gäller betalning av räkningar så kan dessa betalas om man är säker på att dödsboets samtliga skulder kan betalas. Om man är osäker måste man vänta tills bouppteckningen är registrerad. Det är då bra om man kontaktar företagen som skickat räkningarna för att slippa påminnelser och risken att de går vidare till inkasso.

Inom tre månader från dödsfallet ska man ha en bouppteckningsförrättning (möte). Till detta möte ska alla dödsbodelägare och efterarvingar kallas. Här finns det krav att denna kallelse ska göras senast två veckor innan förrättningen om dödsbodelägarna bor i Sverige, och fyra veckor innan om någon bor utomlands. Det finns inget krav på att man måste närvara, däremot ska alla få möjlighet att komma om de



vill. I bouppteckningen antecknas alla dödsbodelägare och efterarvingar, likaså om det finns testamente efter den avlidne samt andra handlingar av betydelse såsom äktenskapsförord och gåvobrev. Sedan ska den avlidnas tillgångar och skulder noteras med utgångspunkten i marknadsvärdet på dödsdagen. Om den avlidne var gift, ska den efterlevande makens tillgångar och skulder också antecknas. Detta gör man eftersom en bodelning ska göras mellan den avlidne och den efterlevande maken.

Bouppteckningen skickas sedan till Skatteverket för registrering. När den är registrerad så är bouppteckningen en legitimationshandling för dödsboet, dvs den visar vilka personer som bestämmer i dödsboet. Bouppteckningen ligger också till grund för det kommande arvsförfarandet, som är ett avtal om fördelningen av dödsboets kvarlåtenskap. I nästa nummer kommer jag att berätta mer om arvsförfarandet.

Kyrkans Juridiska Byrå hjälper till med att upprätta bouppteckning och arvsförfarande.

Kyrkans Juridiska Byrå
tel 0223-434 76

För tidsbokning kontakta sekreterare
Maria Ulestig Eriksson kl 8-12.

Idrottens dag på Lindgårdsskolan

Den sista fredagen i september var det idrottens dag på Lindgårdsskolan. Flera föreningar besökte skolan och eleverna fick prova olika idrottsaktiviteter.

Fagersta Ryttarklubb var på plats med två hästar och de elever som ville fick prova att rida ett par varv på parkeringen bakom Lindhallen. Fritidsbanken lånade ut inlines och skateboards, och vid scouternas tält fick man prova att göra eld. Orienteringsklubben hade ordnat en orienteringsbana. Representanter för hockeyklubben FAIK, fotbollsföreningen Fagersta Södra och Fagersta Gymnastikförening var också med och eleverna fick en fullspäckad förmiddag med roliga fysiska aktiviteter.



Riksidrottsförbundet arrangerar idrottens dag i hela landet och det var idrottsläraren Linda Gustavsson som tog initiativ till att ordna idrottens dag på Lindgårdsskolan. Dagen ska inspirera till rörelse och lyfta hur viktigt det är med fysisk aktivitet. Genom arrangemanget bidrar Lindgårdsskolan till att eleverna får positiva upplevelser av rörelse samtidigt som de utvecklas socialt och vågar utmana sig själva. Enligt Riksidrottsförbundet så visar forskning att barn som rör på sig presterar bättre i skolan. I skolor som jobbar med mer rörelse under skoldagen har man märkt att det blir färre bråk, bättre trivsel och större gemenskap.

Alla helgons dag



Välkommen till våra kyrkor på Alla helgons dag lördag den 2 november.

Allhelgonahelgen har blivit en helg då våra kyrkor och kyrkogårdar fylls av glimmande ljus. För många är den en påminnelse om förlust, sorg och saknad, eller ett ljust minne av en älskad människa. Det är en erfarenhet som delas av många. Lördagen den 2 november är portarna öppna till våra kyrkor och vi firar minnesgudstjänster med ljuständning.

Västervåla kyrka

- är öppen under dagen.
- Minnesgudstjänst firas kl 16 i Västervåla kyrka. Kyrkokören sjunger. I Västervåla minns vi våra döda genom att tända vårt minnesljus.

Västanfors kyrka

- är som vanligt öppen under dagen.
- Minnesgudstjänst firas kl 18 i Västanfors kyrka med ljuständning för de församlingsbor som avlidit under året. Kyrkokören medverkar i gudstjänsten.

Lindgården

- är öppen med kaffeservering kl 14-17.30. Birgitta Hellman, diakoniarbetare, finns på plats under eftermiddagen.

Skogskapellet

- är öppet kl 14-18.

Varmt välkomna! hälsar
Lars Frisk, präst och
Birgitta Hellman, diakoniarbetare.

Höstens gudstjänster

Söndag 3/11 kl 11 Messu. Finsk mässa i Brukskyrkan.

Söndag 3/11 kl 15 Gudstjänst i Brukskyrkan, kaffe.

Tisdag 5/11 kl 19 Veckomässa på Lindgården.

Lördag 9/11 kl 18 Ukrainakonsert i Västanfors kyrka.

Söndag 10/11 kl 11 Mässa i Västanfors kyrka, kaffe.

Måndag 11/11 kl 14 Måndagsträff med andakt i Västervåla sockenstuga.

Söndag 17/11 kl 15 Gudstjänst i Brukskyrkan, kaffe.

Tisdag 19/11 kl 19 Veckomässa på Lindgården.

Söndag 24/11 kl 11 Mässa i Västanfors kyrka, kaffe.

Lördag 30/11 kl 18 Advent! Konsert i Västanfors kyrka med församlingens körsångare och Fagersta Stadsmusikkår. Fri entré.

Söndag 1/12 kl 13 Adventsgudstjänst på Västervåla hembygdsgård med kaffe.

Söndag 1/12 kl 15 Gudstjänst med trumpetmusik i Brukskyrkan och adventskaffe.

Tisdag 3/12 kl 19 Veckomässa på Lindgården.

Söndag 8/12 kl 15 Luciagudstjänst i Västanfors kyrka med barnens eget luciatåg och julgröt efteråt

Måndag 9/12 kl 14 Måndagsträff med andakt i Västervåla sockenstuga.

Lördag 14/12 kl 17 Julkonsert med Gränslösa i Västanfors kyrka. Fri entré.

Söndag 15/12 kl 13 Kauneimmat joululaulut. De vackraste finska julsångerna på Lindgården.

Söndag 15/12 kl 15 Gudstjänst i Brukskyrkan med kören Full frihet.

Tisdag 17/12 kl 19 Veckomässa på Lindgården.

MITT i LIVET

Ansvarig utgivare: Henrik Rydberg, tel 0223-434 10.

Redaktör: Cecilia Kjellin Eriksson, tel 434 06.

Tryck: Xerman. Västerås. Omslagsfoto: Per-Arne Bengtsson. Redaktören svarar för osignerat material.



Svenska kyrkan

www.svenskakyrkan.se/vastanfors

KRIGET I GAZA MÅSTE STOPPAS

Kriget i Gaza orsakar enormt lidande för människor. Tusentals civila, däribland många barn, har dödats, och ännu fler har skadats. Det råder akut brist på mat, rent vatten och mediciner.

Act Svenska kyrkans partner är på plats i Gaza och gör vad de kan för att möta de enorma behoven. Vi står redo med förnödenheter i form av mat, vatten och mediciner och bidrar med psykosocialt stöd till drabbade.

För allas rätt till ett värdigt liv, under samma himmel.
Din gåva gör skillnad. Den används där den behövs mest.

FOYU.TT - SK243.12

SWISHA
DIN GÅVA TILL
SKRIV "AKUT"



900 1223