

MITT i LIVET

Västanfors Västervåla församlings tidning

nr 4/15



Med hopp om en bättre värld

Elever säljer armband för människor på flykt

Siv Thomas är en kreativ samlare

Anhörigstöd hittar lösningar

Fina ungdomar finns i Fagersta

Julevangeliet

Med hopp om en bättre värld

Julens nummer av församlingstidningen Mitt i livet har ett blandat innehåll. Några artiklar handlar om barn och ungdomar i Fagersta.

Ungdomar som har hittat ett sammanhang där de får möjlighet att växa som människor genom att vara goda förebilder för andra unga. Skolelever som knåpar med att pärla armband med ordet ”hopp”. Armbanden säljs och pengarna går till att hjälpa flyktingar i världen. Det ger hopp om en bättre värld.

Sisipho Sakawula är tre år och bor i ett av Kapstadens fattigaste områden. På affischen för julinsamlingen gör hon high five. *Låt fler få fylla fem* är temat för Svenska kyrkans årliga julinsamling som vill stärka alla barns rätt till ett tryggt liv.

I julevangeliet berättas om Jesu födelse. Jesusbarnet föddes i ett stall, som flykting i ett område nära Syrien. Människor drömde om fred på jorden, precis som idag. Tänk, det var två tusen år sedan och ändå känns det så aktuellt. Bilden av ett barn med nyfikna skrattande ögon fastnar på näthinnan och blir en symbol för hoppet om en bättre värld där människor kan respektera varandra, hålla sams och dela lika. Tillsammans är vi med och skapar en bättre värld. Tillsammans kan du och jag bidra till att Fagersta, Sverige och världen blir en bättre plats att leva på.

Cecilia Kjellin Eriksson, redaktör

Elise, Saga och Sara sjunger i ungdomskören



Elise Holmström, Saga Åkerström och Sara Johansson sjunger i församlingens ungdomskör, som startade under hösten. Det är kyrkomusiker Maria Webb som leder kören och de tre tjejerna har sjungit för Maria tidigare i Barnkören och MusiKul-kören.

– När man var liten handlade det mest om att ha roligt, men nu är det annorlunda. Maria ger tips om hur man sjunger så man blir duktigare på att sjunga, säger Elise Holmström.

Maria leder uppsjungningen så att stämbanden ska komma igång ordentligt. Kvällens övning är inriktad på den förestående adventskonserten då ungdomskören sjunger tillsammans med Kyrkokören, Rock- och popkören och Fagersta stadsmusikkår. De övar på stämmor i olika partier av några klassiska verk som ska framföras under konserten. Det är inte helt lätt att veta när det är dags att komma in och vilken stämma man ska sjunga, men de här körtjejerna har lärt sig att lyssna efter Marias röst. De sjunger helt enkelt som Maria gör och känner sig trygga med det. Maria påminner om att artikulera väl så att texten ska höras ordentligt. Hon lär också ut hur man gör när man körandas, för i en stor kör kan man turas om att andas under långa toner och i krävande partier. Det hörs inte om man sköter det lite diskret, och man behöver mycket luft för att kunna sjunga starkt. Maria och körtjejerna övar vidare och när jag lämnar kyrkan under tonerna av Py Bäckmans ”Stad i ljus” har även samtalsgruppen för kvinnor samlats i brudkammaren för veckans samtalsstund.

Ungdomskören övar i Västanfors kyrka på torsdagar kl 19.35 ca (efter veckomössan som börjar kl 19) Kören är för ungdomar från 13 år och uppåt. Blandad repertoar med pop, rock och visa.

Kraker spektakel

- en familjegudstjänst med Lennart Hellsings texter och Siv Thomas dockor

Kraker spektakel var namnet på familjegudstjänsten i Västanfors kyrka den 8 november. Barnkören och Musikul-kören sjöng sånger med texter av Lennart Hellsing, och Siv Thomas hade lånat ut några av sina fina dockor som hon tillverkat utifrån texterna. Siv har också gjort dockan Kim till församlingens barnverksamhet.

Barnen satt på kuddar på golvet framför altaret och de vuxna på stolar strax bakom. Stämningen var familjär och koncentrationen total när Siv och prästen Li Lundberg med hjälp av dockorna berättade en saga. Innan familjerna gick till Lindgården för att äta hedvigsoppa, sjöng alla tillsammans psalmen 711, som man alltid gör på familjegudstjänsterna. "Jag tror på en Gud, en enda."

Psalm 711

Jag tror på en Gud, en enda,
en konstnär som målar liv.
Så tar han ett ord och formar
en evighet inuti.
Jag tror på en Gud, en enda,
ett gudabarn, mänskoso.
Med kärleken vill han öppna
en evighet inifrån.
Jag tror på en Gud, en enda,
en ande, mysterium
som andas i evigheten
och öppnar mitt inre rum.

Text och foto:
Cecilia Kjellin Eriksson



Siv Thomas är en kreativ samlare

Siv Thomas beskriver sig själv som en positiv, nyfiken och iakttagande samlare. Hon ser hela tiden saker som hon kan ta vara på och använda till att skapa något. I hela sitt vuxna liv har hon tillverkat dockor och figurer som hon använt i dockteater och sagostunder för barn.

Siv har fått församlingens kulturstipendium och i samband med det uppdraget att tillverka en docka till församlingens barnverksamhet. Hon berättar att hon egentligen blev ombedd att göra ett troll, men det blev i stället dockan Kim.

– Jag tycker inte att det passar med en ett troll i kyrkan, så jag gjorde en stavdocka istället, berättar Siv. Den heter Kim, för det är ett namn som passar på både en flicka och en pojke. Jag vill att barnen ska kunna röra på dockan och därför valde jag att göra en stavdocka.

Tar emot barngrupper hemma

1969 flyttade Siv till Fagersta tillsammans med sin man och tre barn. Siv, som i grunden är förskollärare, hade under många år sagostunder på biblioteket, och 1971 startade hon dockteatern på Norrby teater. Under alla år har hon också tagit emot barngrupper i dockverkstaden i sitt hem. Det är många fagerstabor som känner igen Siv och hon möter ofta vuxna som berättar för sina barn att de själva har gått hos Siv som barn.

– Det är enormt positivt med barnen! Det är så härligt med alla barngrupper jag har haft.

Siv berättar om några episoder som hon minns från arbetet med barngrupper. Hon kommer ihåg en gång då en flicka satt länge och kände på tyget i hennes klänning. Efter en stund sa flickan: ”Klänningen är fin, men du är ful.” En annan gång lekte Siv leksaksaffär tillsammans med en grupp barn och en pojke blev alldeles förtvivlad när han trodde att han skulle bli såld på riktigt.

– Det händer alltid nåt med barnen, säger Siv, och det är en konst att kunna bemöta det. Det är fantastiskt vad man kan få med ungar på! Hon upplever också att barn som har varit hemma hos henne har varit lugna och fina och alltid lagt tillbaka saker där de tog det, precis som Siv vill att de ska göra.

Gillar att ha besök

Siv tycker om att ha besök och visar gärna runt i det stora gula huset med tre våningar, som ligger på Bergslagsvägen. På vindsvåningen finns en stor garderob med utklädningskläder som Siv samlat på sig sedan hon startade karnevalen i Västanfors 1985. Hon har själv sytt många dräkter. I dockverkstaden på nedervåningen har hon mycket material till docktillverkningen. Där står också de dockor framställda som tidigare fanns på biblioteket i Västanfors. Det var Siv som tillverkade dockorna utifrån bilder i böckerna

med Lennart Hellsings texter. Och när Lennart Hellsinge-biblioteket lades ned så tog Siv hem dockorna igen.

Tillverkar dockor på beställning

Siv tillverkar dockor på beställning och ibland kan det vara klurigt att få till rätt utseende och känsla. Det händer allt oftare att hon gör dockor och figurer helt spontant för att ge bort till någon, eller bara för att hon kommer på en bra idé. Hon visar några små söta ”funderare” som sitter på köksbänken och väntar på att bli färdigmonterade. Studenter, påskkärringar och tomtar har det också blivit många.

– Det är hemskt roligt att ge bort en docka, tycker Siv.

Har fått mycket material

När Siv gör dockor på beställning finansierar hon kostnaden genom att ta betalt för materialet, men någon förtjänst blir det inte. Annat har privatpersoner skänkt och genom åren har det samlats mycket material i Sivs verkstad, till exempel skinn och pälsar.

De flesta dockorna är gjorda i cellplast, och det finns olika tekniker för att få dockorna att kunna röra på sig. En stavdocka är en enkel och användbar lösning.

– Det är roligt när man kan känna sig nöjd med ett jobb man har gjort. Jag skulle inte vilja ändra på någonting när jag ser tillbaka på mitt liv, funderar Siv.

Text: Cecilia Kjellin Eriksson

Foto: Minna Vainikainen



Fakta om kulturstipendiet

Alma och Alfred Nordströms stipendium

Västanfors Västervåla församlings kulturstipendium är ett arbetsstipendium i första hand avsett för ungdomar upp till 25 år som söker stöd för att utveckla färdigheter inom konst, musik, skrivande, dans eller annan gestaltande verksamhet. Stipendiet är avsett att främja verksamhet som präglas av öppenhet, medmänsklighet och tolerans där det konstnärliga uttrycksmedlet används som ett medel för personlig utveckling och livstolkning. Stipendiet kan användas för att färdigställa ett arbete, förbereda en utbildning, genomföra en studieresa eller liknande.

Stipendiet kan sökas av enskild eller grupp.

Sökande ska vara boende i Västanfors Västervåla församling och tillhöra Svenska kyrkan. Vid ansökan av grupp skall minst hälften av gruppens medlemmar uppfylla detta kriterium. Ansökan ska innehålla arbetsplan, meritförteckning, referenser och en personligt hållen motivering.

Stipendiatens arbete förutsätts komma församlingen till del vid något tillfälle i form av tex en utställning, församlingsafton eller liknande.

En årlig stipendiat (enskild eller grupp) utses av Västanfors Västervåla församlings kyrkoråd bland de sökande som anses kvalificerade.



Dockan Kim överlämnades till barnen i på familjegudstjänsten i Västanfors kyrka den 8/11.



Bilden ovan: Funderare. Nedan: Sivs stora vackra hus.





Elever på Lindgårdsskolan pärlar armband som de säljer för att samla in pengar till människor på flykt, genom Svenska kyrkans internationella arbete och UNHCR.

Text och foto:
Johanna Fransson Helén

De säljer armband för människor på flykt

Den 29:e september i år visades "Hela Sverige skramlar" på tv, direktsänt från Globen i Stockholm. En gala med en stor del av Sveriges artister och komiker, för att samla in pengar till UNHCR, FN:s flyktingorgan. Galan var inget jag prioriterade den kvällen, men tv:n stod på och plötsligt hörde jag programledarna presentera Hans Rosling, professor i internationell hälsa vid Karolinska institutet i Stockholm. Han höll ett tal, där han sakligt och pedagogiskt berättade om krisen i Syrien och de fyra miljoner människor som är på flykt. Han berättade att UNHCR har räknat ut att det kostar 25 kronor per person och dag, för att en flykting ska få "ett drägligt liv". I dagsläget får UNHCR bara 10 kr per flykting och dag och det räcker givetvis inte.

Funderade på hur vi kunde hjälpa

Dethär talet påverkade mig mycket, och som den problemlösare jag är, började jag fundera på hur jag skulle kunna hjälpa till.

Jag arbetar på Lindgårdsskolan i Fagersta. Tillsammans i förskoleklass, låg- och mellanstadium går det sammanlagt 122 elever. Ensam är stark, men tillsammans är vi starkare. Vad skulle dessa elever kunna göra för att vara en del av arbetet med att samla in pengar? Att sälja något var givet. Det skulle vara något enkelt och roligt som passade alla. Så föddes idén att pärla armband. Om varje elev kunde pärla och sälja ett armband var för 100 kronor styck, skulle vi till-

sammans samla in 12200 kronor. För 12200 kronor, skulle UNHCR kunna hjälpa närmare 500 människor en dag...

Med hopp om en bättre värld

Idén lades fram till alla lärare på skolan och mottogs väl. Vi funderade tillsammans på ett enkelt ord, med stor betydelse, som även en sexåring skulle kunna stava till. Vi kom fram till ordet HOPP, som i: "Med **hopp** om en bättre värld." Pengarna, beslutade vi, skulle gå till UNHCR och till Svenska kyrkans internationella arbete.

Skolelever pärlar armband

En torsdagseftermiddag i oktober var det dags för eleverna i år 1 att pärla armband. Vi började lektionen med att prata om syftet med armbanden och om människor som är på flykt från krig. Vi pratade om barnen som inte får gå i skolan och om att inte ha något hem. En flicka utbrister plötsligt: "Vi måste hjälpa barnen som är på utflykt!" För barn är det så självklart att hjälpas åt. En härlig inställning!

På tavlan sattes en ritning upp. 20 till 24 pärlor, sedan HOPP, en pärla, ett hjärta och så 20 till 24 pärlor till. Koncentrationen var på topp. Pärlorna var små och hålet i pärlan ännu mindre. Det var inte enkelt alla gånger att pricka den millimetertjocka tråden i hålet. Till råga på allt, skulle man ju hålla räkningen på pärlorna också. Vi fröknar hade räknat med pärlor

på golvet och ett och annat tappat armband, men icke.

Under samma vecka tillverkade barnen i förskoleklass, år 2 och år 3 armband, även där med samma flit. På mellanstadiet hade man armbandstillverkning som rastaktivitet. Sammanlagt tillverkade barnen 246 armband. Föräldrar, mor- och farföräldrar, vänner och arbetskamrater har köpt armband. Det har Swishats och 100-lappar har betalats.

Sålde armband vid en konsert

På Rock- och popmässan den 18:e oktobersåldes närmare 40 armband. Pengarna gick till kollekten, som denna kväll tillföll Svenska kyrkans internationella arbete. – Det är första gången ni får ett kvitto för att ni lämnar kollekt, skrockade kyrkoherde Henrik Rydberg, när han talade till besökarna.

Barnen i år 6 sålde armband på Åvestbo julmarknad parallellt med annan försäljning till sin skolresa. I skrivande stund har 136 armband sålts. 13600 kronor har Lindgårdsskolans barn, med hjälp av personal och föräldrar samlat in för att skänka till människor på flykt. 13600 kronor räcker till att hjälpa 544 människor på flykt en dag. Det är inte illa alls faktiskt.

Det finns fortfarande armband kvar till försäljning! Är du intresserad, kontakta mig på Lindgårdsskolan, telefonnummer 0223-434 81 eller via mejl: johanna.fransson-helen@svenskakyrkan.se

Fina ungdomar finns i Fagersta

Några av förra årets konfirmander tyckte att det var så kul på konfirmläsningen att de valde att fortsätta som konfirmandassistenter. De har också startat en lokalavdelning i Svenska kyrkans unga.

Gemenskapochenlagomblandning av lek och allvar är receptet som ungdomarna har fastnat för. – Vi har ett gemensamt intresse och kan vara tillsammans här på ett annat sätt än i skolan, säger Wilma Adolfsson, som har utsetts till officiell lekledare i föreningen. Alla går inte i samma klass i skolan, men vi har kommit närmare varandra även i skolan, upplever hon. Gemenskapen är avgörande, tycker Ted Långström, och Maja Schilström menar att det är viktigt att få leka lekar tillsammans.

Läger med både lek och allvar

De berättar engagerat om assistentutbildningen som de var på i september. De höll till på Nyckelön, som ligger i sjön Barken, och eftersom förhållandena var enkla tvingades de hjälpas åt att hugga ved, lagamat, bära vatten och diska. – Det var roligt att samarbeta, säger David Eriksson. Ett bra sätt att stärka gemenskapen mellan människor är att arbeta praktiskt tillsammans, och att de här ungdomarna tycker att lägret var roligt går inte att ta miste på.

Assistenterna är förebilder

Lasse Frisk och Lotta Sävenmo som arbetar med församlingens

ungdomsverksamhet är stolta över assistenterna.

– Många säger att ungdomar är viktiga för kyrkans framtid, men vi vill att ni ska vara med nu! säger Lasse till assistenterna. Ni är betydelsefulla förebilder och en viktig länk till konfirmanderna. Lotta håller med.

– När konfirmanderna ser er läsa en text eller be en bön i gudstjänsten i kyrkan, så blir de också uppmuntrade till att våga göra saker som de kanske inte tror att de kan. Ni har verkligen tagit rollen som assistenter på ett bra sätt, säger Lotta.

Att få växa som person

Wilma menar att det här sammanhanget har gett henne möjlighet att växa som person. Hon kan själv se att hon är tryggare och mognare nu än vad hon var förra året som konfirmand. En annan tjej berättar att de under tiden som konfirmander och assistenter har pratat mycket om hur man är som människa, mot varandra och i samhället.

Spelar i ungdomsmässan

Musiken är en viktig gemensam nämnare för de här ungdomarna. Några av tjejerna är med och spelar gitarr i ungdomsmässan i Västanfors kyrka. Killarna sjunger gärna och hjälper till med praktiska saker runt mässan. Alfons Berggren delar ut psalmböcker och sånghäften till konfirmanderna och de andra gudstjänstbesökarna som kommer till mässan, och Ted tänder ljusen i koret. Vaktmästaren

visar hur kalken och de andra nattvardskärlen ska dukas fram på altaret. David läser en bibeltext säkert och tydligt under gudstjänsten. Prästen Henrik Rydberg pratar om att Gud älskar oss villkorslöst. När det är dags att ta emot nattvarden ställer sig alla ungdomar och vuxna i en stor ring runt altaret medan prästen och en av assistenterna delar ut bröd och vin. Som postludium (avslutning) sjunger assistenterna psalmen "Gud är en bön".

Fina ungdomar ger hopp

Det är en skön känsla att sitta i kyrkan en mörk vardagkväll och höra vacker musik och se frimodiga ungdomar på ett självklart sätt förbereda och medverka vid en gudstjänst. Det fyller mig med en övertygelse om att eftersom det finns så fina ungdomar i Fagersta så finns det hopp för världen.

Fakta om Svenska kyrkans unga:

Svenska Kyrkans Ungas är en öppen gemenskap av unga människor som vill upptäcka och dela kristen tro. Det är en demokratisk rörelse av barn och ungdomar i Svenska kyrkan som med Kristus i centrum och med dopet som grund vill verka i hela Guds skapelse och vara en gemenskap i församlingen där de får växa i tro och ansvar.

Text och foto:
Cecilia Kjellin Eriksson



Några av församlingens konfirmandassistenter som också är med i Svenska kyrkans unga. Från vänster: Alfons Berggren, Ted Långström, Moa Nordström, Nellie Wahlstedt, Maja Schilström, Wilma Adolfsson och David Eriksson.



Julevangeliet

Luk 2:1-20

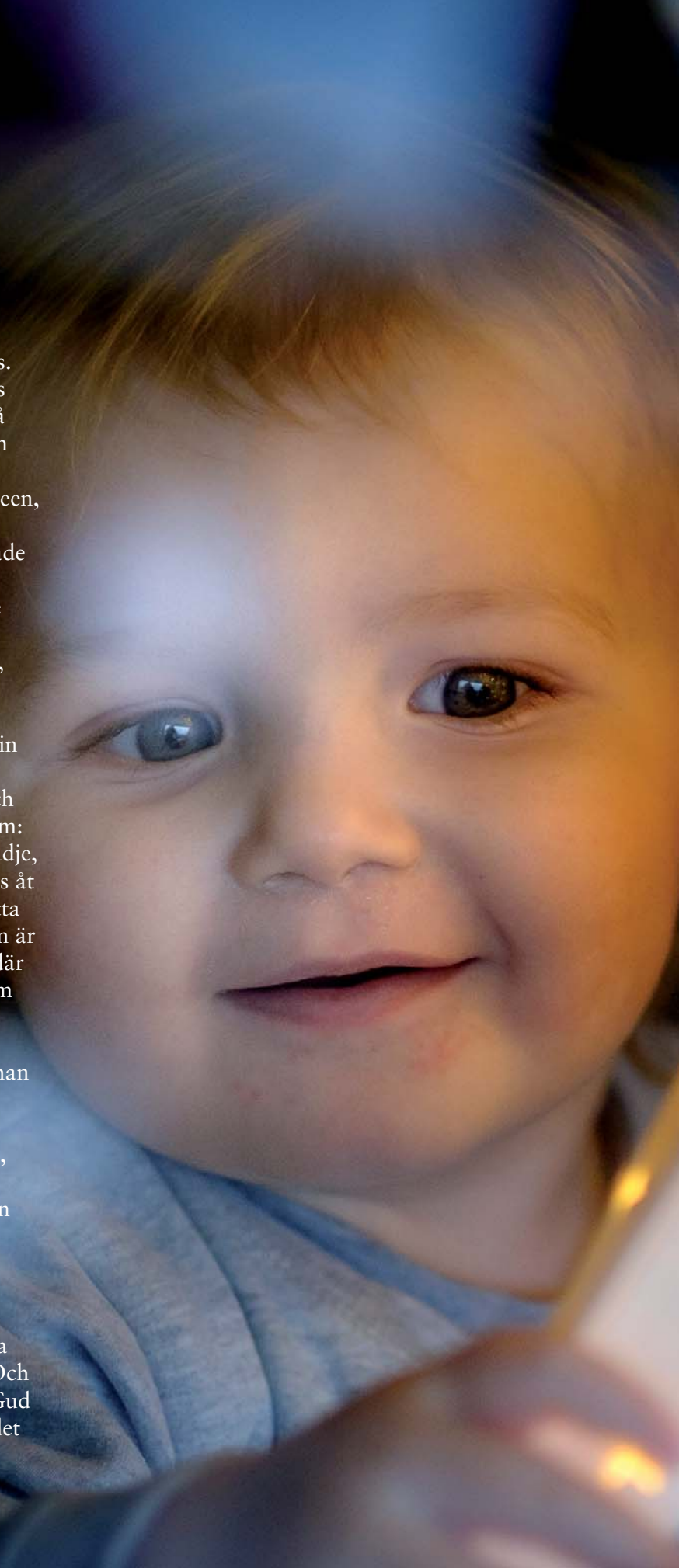
Vid den tiden utfärdade kejsar Augustus en förordning om att hela världen skulle skattskrivas. Det var den första skattskrivningen, och den hölls när Quirinius var ståthållare i Syrien. Alla gick då för att skattskriva sig, var och en till sin stad. Och Josef, som genom sin härkomst hörde till Davids hus, begav sig från Nasaret i Galileen upp till Judeen, till Davids stad Betlehem, för att skattskriva sig tillsammans med Maria, sin trolovade, som väntade sitt barn.

Medan de befann sig där var tiden inne för henne att föda, och hon födde sin son, den förstfödde. Hon lindade honom och lade honom i en krubba, eftersom det inte fanns plats för dem inne i härbärget.

I samma trakt låg några herdar ute och vaktade sin hjord om natten. Då stod Herrens ängel framför dem och Herrens härlighet lyste omkring dem, och de greps av stor förfäran. Men ängeln sade till dem: "Var inte rädda. Jag bär bud till er om en stor glädje, en glädje för hela folket. I dag har en frälsare fötts åt er i Davids stad, han är Messias, Herren. Och detta är tecknet för er: ni skall finna ett nyfött barn som är lindat och ligger i en krubba." Och plötsligt var där tillsammans med ängeln en stor himmelsk här som prisade Gud:

"Ära i höjden åt Gud och på jorden fred åt dem han har utvalt."

När änglarna hade farit ifrån dem upp till himlen, sade herdarna till varandra: "Låt oss gå in till Betlehem och se det som har hänt och som Herren har låtit oss veta." De skyndade i väg och fann Maria och Josef och det nyfödda barnet som låg i krubban. När de hade sett det, berättade de vad som hade sagts till dem om detta barn. Alla som hörde det häpnade över vad herdarna sade. Maria tog allt detta till sitt hjärta och begrundade det. Och herdarna vände tillbaka och prisade och lovade Gud för vad de hade fått höra och se: allt var så som det hade sagts dem.





Anhörigstöd hjälper till

Det här är en uppföljning av artikeln i Mitt i livet nr 3 2015 om Elvy Wäppling, som under ett antal år var anhörigvårdare till sin demenssjuke make. Här kan du läsa om vilken hjälp som finns för anhörigvårdare.



Elisabeth Kallioniemi och Päivi Viitanen arbetar med anhörigstöd i Fagersta kommun. De stödjer anhöriga till demenssjuka personer på flera olika sätt.

– Det finns så mycket man kan göra för att maken och maken ska kunna bo hemma tillsammans, och för att underlätta i vardagen för en person som vårdar sin demenssjuke make/maka i hemmet, säger Elisabeth. Men i början ser man ofta inte sig själv som anhörigvårdare, inte förrän det blir riktigt jobbigt förstår man att man kanske kan behöva avlastning ibland.

Enhetschef Sabina Ramström håller med, och menar att den största utmaningen för personalen på anhörigstöd är att komma i kontakt med anhöriga till dementa.

Det är först när de känner till en anhörigvårdares situation som de kan hjälpa till, förklarar Sabina, och uppmanar berörda att ta kontakt med anhörigstöd. Sabina ser att många söker hjälp för sent, och det kan bli lite olyckligt om det krävs snabba beslut när det till exempel handlar om flytt till ett demensboende.

Samarbete är viktigt

Det är ofta minnessjuksköterskan på Mitt hjärta på Bergslagssjukhuset som först kommer i kontakt med demenssjuka och deras anhöriga i samband med en minnes-

utredning. Sabina tycker att samarbetet både med personalen på Mitt hjärta och med kommunens biståndshandläggare och hemtjänsten fungerar mycket bra.

– Under resans gång har vi kontakt med flera instanser kring varje demenssjuk person och dennes anhörige, det är en lång process, säger Sabina. Elisabeth och Päivi tror på att arbeta i team. I möten kring en person med demenssjukdom ingår flera olika yrkesgrupper; minnessjuksköterska, arbetsterapeut, personal från anhörigstöd och biståndsbedömare.

Kontoret finns på Malmen

Personalen på anhörigstöd har sitt kontor på Malmen där de också har träffar för anhörigvårdare. Ett 50-tal personer är knutna till kommunens anhörigstöd. Många deltar i samtalsgrupper för anhöriga till dementa, medan andra tycker att det räcker med kontakt på telefon lite då och då. Ibland räcker det med punktinsatser.

– Det handlar om att skapa en relation och hitta lösningar för vad var och en vill ha, förklarar Elisabeth. De ska veta att de kan vända sig till oss när de behöver.

– Man kan alltid göra något, litet eller stort, tillägger Päivi.

Det finns olika sätt att hjälpa

Det finns flera olika anhörigcirklar både på dagtid och även för yrkesarbetande på kvällstid. En cirkel riktar sig till barn till dementa, och den finskspråkiga gruppen är det Päivi som har hand om.

att hitta lösningar

– De flesta tycker att det är så bra med de här grupperna där man kan prata med andra som är i samma situation, säger Elisabeth. Sabina förklarar att deltagarna även får utbildning om sjukdomen demens, vilket ger ökad förståelse och kunskap.

Träffpunkten onsdagsklubben

Onsdagsklubben är en träffpunkt för personer med demenssjukdom, och det blir samtidigt som en slags avlastning för den anhörige som får en stund för sig själv under tiden. Detsamma gäller för Kontakten på Solliden, som är dagverksamhet för personer med demenssjukdom. (För att få komma till Kontakten krävs beslut från en biståndshandläggare.)

Stödpersoner finns i kommunen

En stödperson kan vara en bra hjälp för den anhörige för att få lite tid för sig själv. Det är en krävande uppgift att vårda en anhörig i hemmet dygnet runt, och ibland behöver man få vara ifred en stund bara för att lösa korsord, ta en promenad eller ägna sig åt något intresse. En anhängvårdare har rätt att kostnadsfritt få hjälp av en stödperson 10 timmar i månaden. I Fagersta kommun finns idag fem anställda stödpersoner. Elisabeth berättar att man är noga med att försöka matcha rätt stödperson med den demenssjuke. – Det ska kännas tryggt för den anhörige att kunna lämna hemmet en stund. De måste kunna känna tillit, menar hon.

Råd, tips och stödsamtal

Personalen på anhörigstöd fungerar som vägvisare. De kan visa vilka möjligheter som finns. Det kan vara dags för ett larm, hjälp från hemtjänsten eller så kanske det räcker långt bara att beställa en matkasse från en mataffär, så att man själv inte behöver lägga tid på att handla mat. Barn till dementa är ofta mitt i livet med egna barn som har fritidsintressen som ska backas upp. Då kan det bli en tuff problematik att få ihop det med en demenssjuk förälders läkarbesök, mediciner och vardagliga sysslor som tvätt och matlagning som ska skötas.

Upplever skuld och stress

Elisabeth och Päivi berättar att många anhöriga till dementa känner skuld och stress för att de tycker att de borde göra mer. De känner oro för sin sjuke förälder eller livskamrat och oro inför framtiden. Ofta upplever de att de befinner sig utanför sin egen livssituation när de inte kan delta i umgängesliv som tidigare. – Vi finns där för att försöka hitta lösningar, säger Elisabeth. Många anhängvårdare känner att de blir hindrade att leva sitt liv, och då blir man trött. Vi kan försöka uppmuntra dem till att kunna fortsätta ha ett bra liv.

Boka tid för minnesutredning

Om man känner sig orolig för en närstående som man upplever har blivit glömsk, så ska man ordna en tid för minnesutredning så snart

som möjligt, tycker Elisabeth, för det kan ju vara något annat som går att behandla. Om det visar sig att det handlar om en demenssjukdom så är det bra ju tidigare man får en diagnos och kan börja behandla med bromsmedicin. Demens går inte att bota, men det finns bromsmedicin.

Elisabeth och Päivi kan också stödja en person som behöver ta upp frågan om demens med en anhörig. De kan stärka personen som ska komma med förslaget om att göra en minnesutredning.

Elisabeth är Silviasyster

Elisabeth har gått en särskild utbildning till Silviasyster. Utbildningen handlar om god omvårdnad för personer med demenssjukdom och ser till hela biten med miljö, aktiviteter, bemötande, arbetsmetoder och förhållningssätt. Det finns även en Silviasyster som arbetar på Kontakten på Solliden.

– Alla är unika. Man bär sin sjukdom på ett unikt sätt, förklarar Elisabeth. Man måste försöka lära känna människan bakom, när personen inte kan berätta själv. Bakgrunden kan förklara beteenden hos den demenssjuke och det gäller att hitta nyckeln. Det är viktigt att man anpassar aktiviteter efter vad den demenssjuke kan göra så att man stärker det friska. Det finns så mycket en demenssjuk person kan göra för att kunna känna sig delaktig i sitt eget liv.

Text och foto:
Cecilia Kjellin Eriksson

Hans kan 400 låtar på

Anhörigstöd erbjuder

Att ta hand om en närstående som behöver hjälp i vardagen kan skänka både glädje och trygghet, men också oro och trötthet. För att orka kan man ibland behöva stöd. Vad det innebär kan vara olika från person till person.

Kontakt

När du har kommit fram till att du vill ha vårt stöd så håller vi kontakt med dig regelbundet så ofta du själv vill.

Uppskattning

Vi vill att du ska känna att det du gör är viktigt så vi ordnar olika aktiviteter för dig som du kan vara med på.

Råd och stöd

Vi erbjuder dig rådgivning av alla de slag. Både stora och små frågor är lika välkomna. Vi hjälper dig gärna i kontakten med olika myndigheter. Behöver du prata av dig kan du ringa eller besöka oss och allt som sägs stannar här.

Information

Vi har anhörigcirklar då vi träffas över en kopp kaffe för en stunds gemenskap och pratar om det som känns aktuellt. Byxkröken ordnar träffar om olika ämnen efter önskemål.

Avlösning

Vi kan erbjuda stödpersoner för avlösning i hemmet. Du är välkommen att höra av dig eller komma och besöka oss. Om vi inte är på plats så lämna ett meddelande så hör vi av oss så fort vi kan. Och kom ihåg, du är inte ensam!

Kontakt:

Elisabeth Kallioniemi och Päivi Viitanen finns på Malmen, Myrbovägen 4 tel 0223-445 93 eller 0223-445 23

Hans Björk har haft musiken som en följeslagare genom hela livet. Under en tid hade han musikaffär och spelat själv har han alltid gjort. Det var också genom musiken som han träffade Gunn. Hans och Gunn fick 46 fina år tillsammans innan hon dog i somras.

– Musiken har gett mig allt. Gunn och jag hade aldrig mötts annars, säger Hans och berättar om när de träffades. Jag drunknade i hennes ögon.

Det var när Hans spelade tillsammans med några andra musiker på Brukshotellet i Fagersta som han la märke till att Gunn vid ett flertal tillfällen tackade nej till att dansa när han spelade en speciell låt på saxofon. Den låten har sedan varit speciell för paret under alla år.

Spelar flera instrument

Hans spelar både saxofon och keyboard, och det var faktiskt Gunn som lärde honom att spela enligt Yamaha-metoden på keyboarden. Det är en metod som tillverkaren Yamaha utvecklat där man spelar ackord på ett annat sätt än på piano. Gunn arbetade som musiklärare och hade under ett antal år även kurser i Yamaha-metoden. Hon anmälde Hans till en kurs, och det fungerade bra att vara elev till sin egen fru, tycker Hans. Det blev en annan situation än när de musicerade tillsammans hemma.

Genom åren har Hans spelat tillsammans med många musiker i olika konstellationer. Han minns några höjdpunkter särskilt väl. När Metall firade 100-årsjubileum i Folkets hus i Fagersta fick Hans chansen att sjunga med Norbergs big band.

– Det är mäktigt att sjunga med ett storband, förklarar han och visar en filminspelning från framträdandet, som han fick av en bekant när han fyllde 70 år. En annan händelse som Hans minns särskilt väl är när han tillsammans med storband och blåsorkester spelade och sjöng på en annan fagerstamusikers begravning, vilket han själv hade önskat.

– Det var speciellt. Det är en av de största musikupplevelserna som jag varit med om, säger Hans.

Har fått många kontakter

Det har varit många turer med musiken genom åren och Hans har fått många kontakter genom den. Det händer att han sätter sig och lyssnar på gamla inspelningar och återupplever gamla minnen. Han har svårt att bestämma sig för vad som varit roligast.

– Det har varit lika roligt alltihop, att sjunga och spela saxofon och keyboard. Den mesta spelglädjen var kanske ändå med dixielandgänget på 50-talet. Då fick man verkligen svänga loss. Det är tider som jag absolut inte vill ha förlorat, säger han.

keyboarden

Men Hans berättar också att det var engagemanget i musiken som gjorde att hans första äktenskap inte fungerade, eftersom han ofta var borta och spelade på kvällar och helger, även vissa storhelger.

Sedan han 1992 blev förtidspensionerad på grund av besvär med astma, har Hans tillsammans med en vän spelat mycket på äldreboenden i Fagersta med omnejd. -Gamlingarna tycker om musik, det har varit väldigt uppskattat, berättar han.

Spelar helst på gehör

Hans är i första hand "gehörspelare", men kan även spela efter noter. Numera medverkar han inte i någon orkester men han brukar spela hemma en timme varje dag.

– Jag spelar en stund varje dag för det håller hjärnan och motoriken igång, och jag tycker ju om musik, säger Hans och sätter sig vid keyboarden för att låta mig lyssna på några av de 400 låtar som han kan spela utantill.

*Hans tips till musikälskare:
www.kvicksound.se
en musikhistorisk tillbakablick
över Mälardalens musikliv från
1920-talet till 1980-talet.*

**Text och foto:
Cecilia Kjellin Eriksson**



Bilden ovan: Hans spelar gärna på keyboarden eller saxofonen en stund varje dag. Hans är en av deltagarna i församlingens sorgegrupp, som är samtalsgrupp för personer som mist en nära anhörig.



Bilden till vänster: Hans Björk har vid flera tillfällen spelat på tedans på Lindgården. Det finns även en inspelning med 16 olika orkestrar i fagerstatrakten som är inspelad i studion som tidigare fanns på Lindgården. Foto: Privat

Bilden till höger: Hans-Ove Sölvéns orkester med Hans som nummer två från höger. Orkestern spelade regelbundet på Brukshotellet i Fagersta under många år. Bilden är tagen 1967. Foto: Privat



Nolizwi arbetar i Philanis verkstad

Tvåbarnsmamman Nolizwi Mlevane kom till Kapstaden från Sydafrikas östra delar i jakten på ett arbete. Nu försörjer hon sig själv och sin familj på textilarbeten som hon tillverkar i Philanis verkstad.

Kvinnorna i verkstaden på Philani sjunger tillsammans. Sången dämpas av dörren som skiljer verkstaden från hantverksbutiken på centret, men stämmorna letar sig ut genom ett öppet fönster och blandas med barnens röster på lekplatsen. En av kvinnorna i gruppen är 31-åriga Nolizwi Mlevane. Pengarna hon tjänar på Philani räcker till att försörja familjen i Kapstaden och till att skicka pengar till föräldrarna i Östra Kapprovinsen. Men så har det inte alltid varit.

– Jag föddes i östra Sydafrika, i Umtata. Men där finns inga jobb så jag flyttade till min kusin i Kapstaden 2007. Hon jobbade på restaurang och jag fick också ett jobb i den världen, säger hon. Kusinen bodde i Khayelitsha, den största av Kapstadens township som byggdes för svarta under apartheid. Det är 21 år sedan raspolitiken föll men fortfarande bor majoriteten av de svarta kvar i dessa fattiga förstäder. Men jobbet på restaurangen gav ingen bra lön och Nolizwi började istället arbeta på flygplatsens storkök.

– Kontraktet var på sex månader och 2009 fick jag min son Miyolo. Efter det hade jag inget jobb. Min man arbetar i säkerhetsbranschen, men har ingen fast tjänst.

Jobbet blev vändpunkten

Den lilla familjen flyttade in i ett eget boende som Nolizwis man byggt av korrugerad plåt, men utan den finansiella hjälpen de fick av hennes kusin och pappa kunde de inte klara försörjningen. – Så för tre år sedan fick jag höra om en kurs för arbetslösa på Philani, det ligger helt nära där vi bor. Först lärde vi oss collage-teknik, men det fanns inga pengar i det så vi gick över till tygtryck.

Nolizwi lyser upp när hon berättar. Hon sitter på en plaststol utanför verkstadens hantverksbutik. Där inne säljs olika textilarbeten som kvinnorna har tillverkat, var och en har sin egen design och sin egen stil. De har ingen fast lön utan får provision på den egna försäljningen, 60 procent går till hantverkaren och 40 procent till Philani. Vid större beställningar – över 100 enheter – arbetar kvinnorna tillsammans och delar på intäkterna.

Sonen går på dagis

Tvårs över gräsmattan ligger en lekplats där dagisbarnen just nu har rast. En av dem är Nolizwis son, han ska börja skolan till hösten då han fyller sex år. – Miyolo har det bra här. De ger honom hälsosam mat, med mycket grönsaker och han gillar att pyssla, klippa i tyger och tillverka saker, säger Nolizwi. Hon ler. Efter flera år som arbetslös har verksamheten på Philani gett henne en inkomst, som tillsammans med barnbidraget på motsvarande 230 kronor, gör att hon kan försörja familjen. – Eftersom min man inte har något

fast arbete hänger allt på mig, om vi har mat och kläder, det beror på mig. Jag har en dotter på tio år som bor med min mamma i Umtata, henne måste jag också försörja, och så skickar jag hem pengar till mina föräldrar och syskon.

Förkläden och t-shirts

Nolizwi har varit med och tillverkat flera av de textilprodukter som Svenska kyrkan beställt till jul, bland annat förkläden för vuxna och för barn, t-shirt i olika storlekar och grytlappar. Tidigare år har hon och the mamas, som hon kallar de andra kvinnorna, producerat flera stororder för Svenska kyrkan.

– Det betyder att vi har mat på bordet. Att göra t-shirt kan vara en utmaning, för det är ett svårare tyg att jobba med, men pengarna är bra. I år har jag köpt oss ett nytt köksskåp, en mikrovågsugn och en kokplatta med plats för två grytor. Hon är stolt över de förbättringar hon har kunnat göra hemma. Livet har blivit lättare sedan hon började på Philani, inte bara ekonomiskt. – Jag är väldigt glad över att vara här på Philani. I verkstaden med de andra mamas pratar vi och sjunger. Vi delar allt, hjälper varandra om någon har det extra svårt, talar om vardagsproblem och stöttar varandra.

Vill jobba i världen

– I framtiden skulle jag gärna vilja jobba inom vård och omsorg, men det är svårt för jag har ingen utbildning. Men jag hoppas att min son och dotter ska ta examen och läsa vidare på universitetet, säger Nolizwi Mlevane.

Görrel Espelund



Nolizwi Mlevane arbetar med att färglägga ett av de förkläden som Svenska kyrkan beställt från Philanis verkstad i Sydafrika.

Foto: Eric Miller/IKON

Fakta om Philanis försörjningsprojekt

I Kapstadens kåkstäder och fattiga områden är arbetslösheten mycket hög. Kvinnor som inte har en egen inkomst blir helt beroende av andra som beskydd och försörjning. Fattigdom och beroende av andra gör att kvinnor och barn ofta utsätts för våld och övergrepp och att sjukdomar som exempelvis HIV sprids.

En kvinna med egen inkomst har större möjligheter att skydda sig och sina barn från undernäring, sjukdomar och övergrepp. I Philanis verkstad får mammor som lever i stor utsatthet möjlighet till arbete och kan försörja sin familj.

I förlängningen leder projektet också till att kvinnorna får den arbetslivserfarenhet och det självförtroende som krävs för att söka sig ut på arbetsmarknaden och få en hållbar försörjning. På så vis kan hälsan förbättras och hela samhället kan utvecklas.



Nolizwi Mlevane med sonen Miyolo.

Foto: Eric Miller/IKON

Fakta om julkampanjen

Det farligaste som finns är att födas in i fattigdom. Var femte sekund dör ett barn som inte hunnit fylla fem år. Barn dör av undernäring, infektioner och bristande omsorg. Vår insats behövs!

Genom att samarbeta med systerkyrkor och partnerorganisationer i utsatta delar av världen, kan Svenska kyrkans internationella arbete nå fram till de barn som står utan skyddsnät och behöver oss som mest.

I Svenska kyrkans julkampanj som pågår från första advent till trettondag jul samlar vi in pengar till Svenska kyrkans internationella arbete för alla barns rätt till ett tryggt liv. Var med oss i kampen mot barnadödlighet!

Låt fler få fylla fem! SMS:a LJUS till 72905 och ge 50 kronor idag!

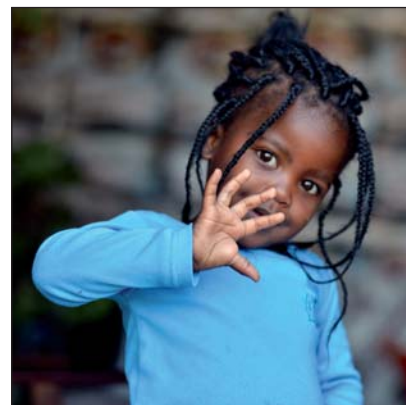


Foto: Eric Miller/IKON

Fråga juristen



Kan särkullbarnen kräva att bostaden ska säljas?

Fråga: Jag och min fru har köpt en fastighet som vi äger 50 % var av. Vi har inga gemensamma barn utan bara barn sedan tidigare, så kallade särkullbarn. Vi har inget skrivet och undrar vad som händer när en av oss dör. Ärver den efterlevande maken hälften av den avlidnes egendom och resten tillfaller den avlidnes barn? Vi vill säkerställa så att den efterlevande inte ska behöva sälja bostaden. Vad behöver vi skriva?
Tacksam för råd

Svar: Hej, när en av makarna avlider så gör man en bodelning. Detta sker på samma sätt som om ni skulle skilja er. Enkelt uttryckt kan man säga att nettovärdet av all er egendom läggs ihop och delas sedan lika mellan er. Genom detta får den efterlevande ena halvan av makarnas totala egendomsmassa och dödsboet efter den avlidne erhåller den andra halvan. Därefter fördelas arvet.

Om det endast finns särkullbarn så ärver dessa barn allt. Det innebär att den efterlevande maken/makan inte erhåller någonting i arv efter den först avlidne.

För att ni ska ärva varandra måste ni upprätta ett testamente där ni testamenterar allt, utom särkullbarnens rätt till laglott, till den efterlevande maken/makan. Här kan ni även förordna att den efterlevande ska ha rätt att ta över bostaden och kan då lösa ut den avlidnes särkullbarn om den efterlevande vill bo kvar och övriga medel efter den avlidne inte täcker laglott. På så sätt kan inte den först avlidnes särkullbarn kräva att den efterlevande maken ska sälja bostaden.

Ida Jansson, jurist
Kyrkans Allmänna Juridiska Byrå, tel 0223-434 76

Församlingsnytt

Julens gudstjänster

Julafton 24/12

kl 09 Grötfrukost i Brukskyrkan

kl 10 Julandakt i Brukskyrkan

kl 11 Julkrubba i Västanfors kyrka. En gudstjänst för hela familjen med julberättelsen, julsånger och julstämning

kl 17 Julbön i Västervåla kyrka

kl 23 Julnattsmässa med Kyrkokören i Västanfors kyrka

Juldagen 25/12

kl 07 Julotta i Västervåla kyrka med kyrkokören och julottekaffe på Odensnäs

Julottebussen avgår från Fagersta enligt följande:

kl 05.50 Bring Citymail (mittemot kommunhuset)

kl 05.55 Brukskyrkan

kl 06.00 Bergslagssjukhusets entré

kl 06.05 vid PerOls-skolan (Floravägen)

kl 06.15 Järnvägsstationen Västanfors

kl 06.30 Ombenning

kl 06.40 Ängelsberg - Gamla Brukshandeln

kl 09.30 Återresa

Fackeltåg

kl 06.15 från Nyhem

kl 06.15 från Sörby skola

Facklor finns vid samlingsplatserna. Arr: Västervåla gymnastikförening och Engelsbergsbygdens intresseförening

kl 11 Joulukirkko Finsk juldagsmässa i Västanfors kyrka

Annandag jul 26/12

kl 15 Gudstjänst i Brukskyrkan. Julens sånger och psalmer

Söndag 27/12 kl 11 Sammanlyst till Högmässa i Skinnskattebergs kyrka. Kl 18 Katolsk mässa i Brukskyrkan

Nyårsafton 31/12

kl 17 Nyårsbön i Västervåla kyrka. Sång & musik: Maria Webb

Nyårsdagen 1/1

kl 18 En stilla gudstjänst i vintertädgården på Lindgården.

Söndag 3/1 kl 11 Sammanlyst till Skinnskattebergs ka

Tisdag 6/1 Trettondedag jul kl 14 Julfest i Västervåla sockenstuga

Söndag 10/1 kl 10 Familjegudstjänst och julgransplundring på Lindgården

Budget 2016

Kyrkofullmäktige har fastställt budgeten för 2016.

- Begravningsavgiften fastställdes till 0,28 kr.
- Kyrkoavgiften fastställdes till 1,13 kr
- I investeringsbudgeten avsätts 6 700 tkr

På kyrkoavgiften tillkommer 0,08 kr i stiftsavgift. Både begravnings- och kyrkoavgiften är oförändrad jämfört med 2015. Den som bor i Västanfors Västervåla församling betalar 1,49 kr i kyrkoavgift på varje intjänad hundralapp. Kyrkoavgiften används för att driva verksamhet för barn, ungdomar, vuxna och äldre. Begravningsavgiften går till att bekosta skötseln av våra kyrkogårdar. Begravningsavgift betalar alla, även den som inte är medlem i Svenska kyrkan.

Nytt bårtäcke till Västanfors kyrka

Vid gudstjänsten den 17 januari tas ett nytt bårtäcke emot i Västanfors kyrka. Det är textilkonstnär Barbro Andersson från Västerås som har vävt bårtäcket i färger från kyrkorummet. Ett bårtäcke är ett alternativ till kistdekoration vid begravningar och får lånas kostnadsfritt från församlingen. I Skogskapellet och i Västervåla kyrka finns bårtäcken sedan tidigare.

Nästa tidning

Nästa nummer av Mitt i livet kommer ut veckan före påsk.



Advents fika på Lindgården den 2 december för församlingens frivilliga medarbetare och deltagare i våra grupper var uppskattat och välbesökt. Församlingens två kyrkomusiker bjöd på sång och musik. Foto: Elin Ström

Biträdande kyrkoherde

Anna Segerbo arbetar sedan den 2 november som biträdande kyrkoherde i Västanfors Västervåla församling.

Henrik Rydberg fortsätter sin roll som kyrkoherde som tidigare och Anna förstärker inom vissa områden.

Anna har sin arbetsplats på Lindgården och är inte längre rektor på skolan. Jennie Svedberg är rektor för Lindgårdsskolans två enheter; Lindgårdsskolan F-6 och Lindgårdsskolan 7-9.

Internationellt kafé



Fredagar kl 13.30 - 15.30 i Brukskyrkans kafé. Vi fikar umgås och får möjlighet att prata svenska. För att svenskspråkig ska bli möjlig behövs även svensktalande kafégäster. Den 15 januari startar vi igen efter jul- och nyårshelgen. Välkomna!

MITT i LIVET

Ansvarig utgivare: Henrik Rydberg, tel 434 10. **Redaktör:** Cecilia Kjellin Eriksson, tel 434 06. **Repro:** TEXT & REPRO, Västerås. **Tryck:** PRIMATryck, Hallsthammar. **Omslagsfoto:** Kyrkobil. Redaktören svarar för osignerat material.

WWW.SVENSKAKYRKAN.SE/VASTANFORS

Svenska kyrkan 
VÄSTANFORS VÄSTERVÅLA



SMS:A LJUS
till 72905
och ge 50 kr

LÅT FLER FÅ FYLLA FEM!

Det farligaste som finns är att födas in i fattigdom. Var femte sekund dör ett barn som inte hunnit fylla fem år. Sisipho Sakawula är tre år och bor i ett av Kapstadens fattigaste områden, där barn dör av undernäring, infektioner och bristande omsorg. De första fem åren är de sköraste i ett barns liv. Då är rätten till mat, rent vatten och hälsa avgörande. Ge en gåva för alla barns rätt till ett tryggt liv!

SMS:a LJUS till 72905 och ge 50 kr för kampen mot barnadödlighet.

Eller swisha valfritt belopp till 9001223.

PG 90 01 22-3 | BG 900-1223

Läs mer: svenskakyrkan.se/internationaltarbete

Svenska kyrkan 
INTERNATIONELLT ARBETE
medlem av
actalliance